என்றும் உங்களுடன்

மங்கையர் மலர்

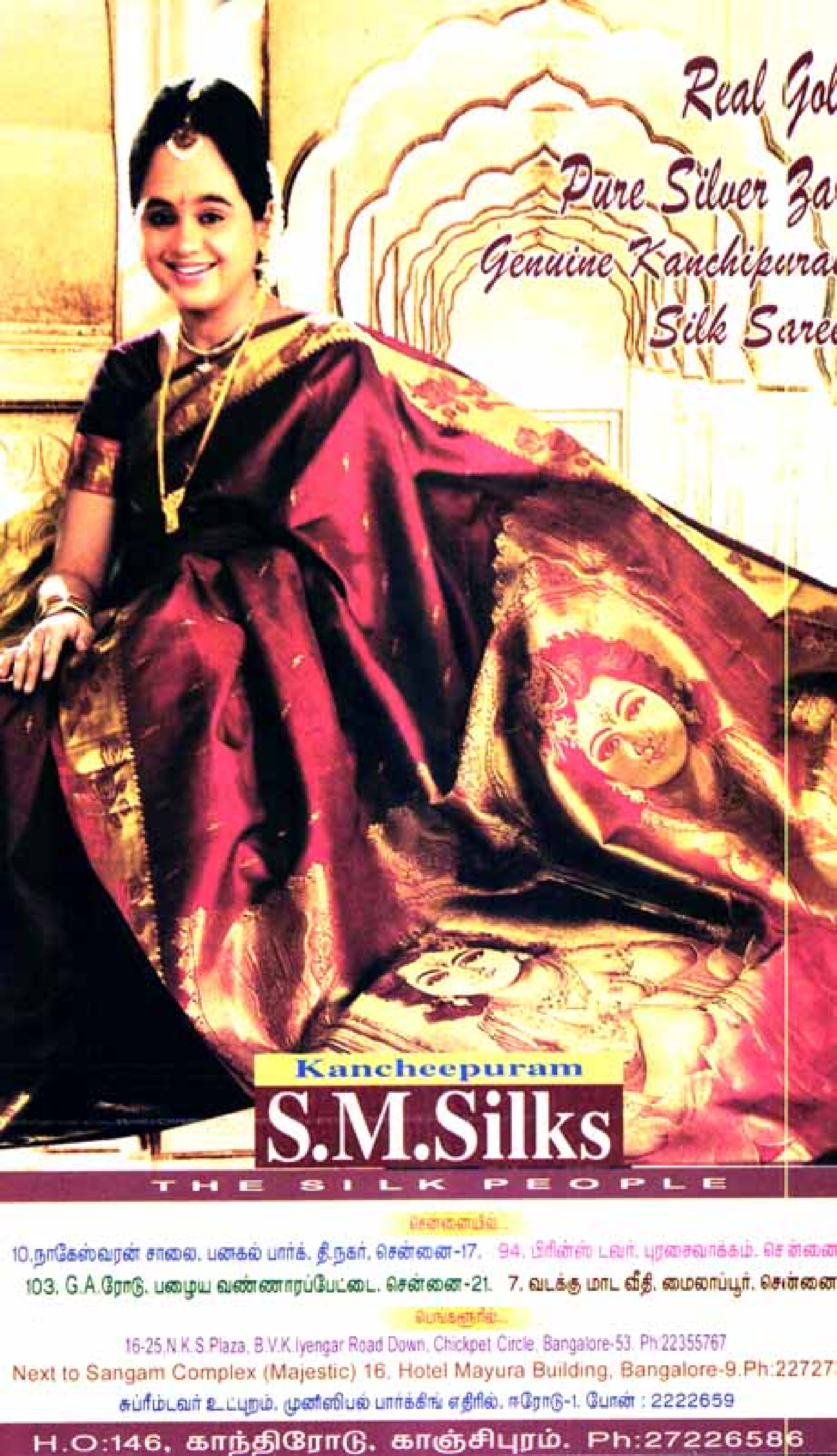
ANGAYAR MALAR - பிப்ரவரி 2006 228 பக்கங்கள் ரூ 16/-

2 புத்தகங்கள்



வெள்ளி விழா அழைப்பிதழ்

GEYES வீடு பரிசு பெறும் அதிர்ஷ்டசாலி யார்?



Real Gol
Pure Silver Za
Genuine Kanchipura
Silk Saree
Kancheepuram
S.M.Silks
THE SILK PEOPLE
10.நாகேஸ்வரன் சாலை, பனகல் பார்க், தி.நகர், சென்னை-17.
94, பிரின்ஸ் டவர், புரசைவாக்கம், சென்னை
103, G.A.ரோடு, பழைய வண்ணாரப்பேட்டை, சென்னை-21.
7, வடக்கு மாட வீதி, மைலாப்பூர், சென்னை
16-25,N.K.S.Plaza, B.V.K.Iyengar Road Down, Chickpet Circle, Bangalore-53. Ph:22355767
Next to Sangam Complex (Majestic) 16, Hotel Mayura Building, Bangalore-9.Ph:22727
சுப்ரீம்டவர் உட்புறம், முனிஸிபல் பார்க்கிங் எதிரில், ஈரோடு-1. போன் : 2222659
H.O:146, காந்திரோடு, காஞ்சிபுரம். Ph:27226586


ஆண்டு முழுவதும் ஒவ்வொரு
காலைப் பொழுதும் குதுகலம்தான்.
இதோ வந்துவிட்டது
குழந்தைகளுக்கென்றே விசேஷமான
புதிய பேர்ஸ் ஜூனியர். இதிலுள்ள
ஆலீவ் ஆயிலின் நற்குணங்கள்,
ஊட்டமளித்து மிக நாசூக்கான
சருமத்திற்கும் முழு பராமரிப்பு தரும்!
இதன் ஸ்ட்ராபெர்ரி குதுகலம்
குழந்தைகளை சாக்கு போக்கு
சொல்லவிடாது.
இனி காலை பொழுதெல்லாம்
குதுகலம்தான்.
ஆலீவ் ஆயிலுடன்.
Pears
Pears JUNIOR

என்றும் உங்களுடன்

மங்கையர் மலர்

மலர் : 26 இதழ் : 1

ஆண்டுமலர்

பிப்ரவரி 2006

புதிய பகுதிகள்



வெள்ளி விழா

சிறப்புப் பக்கங்கள் 49 முதல் 80 வரை

சென்னையில் வெள்ளி விழா அழைப்பு பக். 70

பெண்களே அதிகம் படிக்காததால் மனக்குறையா?
அந்தக் கவலையைத் தூக்கி தூர வீசுங்கள்.



ஓரளவே படித்திருக்கும் பல நூறு பெண்கள் எங்களிடம் அழகுக் கலை பயின்று மாதந்தோறும் ரூ. 15 ஆயிரம் வரை சம்பாதிக்கிறார்கள். உங்களுக்காக மீண்டும் அந்த வாய்ப்பினை தருகிறோம். படித்தவர்கள், படிக்காதவர்கள் என்ற வேறுபாடு இல்லாமல் அவரவர் கல்வித் தகுதிக்கு தக்கபடி புதியமுறையில் அழகுக் கலை கல்வி புகட்டுகிறோம். குறுகிய கால பயிற்சி, குறைந்த கட்டணம்.

தமிழக அரசு மாணவிகளுக்கு பயிற்சி அளிக்கும், அரசு அங்கீகாரம் பெற்ற திருவல்லிக்கேணி ''இந்தியன் இன்ஸ்டிட்யூஷன் ஆஃப் பியூட்டி தெரபி'' உங்களுக்கு இந்த வாய்ப்பினைத் தருகிறது. தமிழகம் முழுவதும் உள்ள பெண்கள் இந்த நவீன பயிற்சியில் சேர்ந்து கொள்ளலாம். ஹாஸ்டல் வசதியும் உண்டு. சான்றிதழ் தரப்படும். உள்நாடு வெளிநாடுகளிலும் வேலை வாய்ப்பு.

குறிப்பிட்ட அளவே சேர்க்கை இருப்பதால் விரைவாக உங்கள் பெயரைப் பதிவுசெய்யுங்கள். தொடர்பு முகவரி :

எம். ஹசீனா சையத் (பிரபல அழகுக் கலை நிபுணர்)

INDIAN INSTITUTION OF BEAUTYTHERAPY

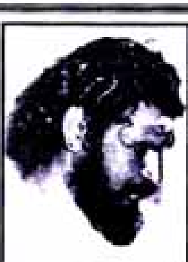
(Recongnised by Govt. of Tamilnadu)

6, Pycrofts Road, Triplicane, Chennai - 5.

Phone : 28442970/28443105 Cell : 98400 34672

AMBIENCE INTERNATIONAL ACADEMY,
(For Hair & Skin)
56, 4th Floor, Thirumalai Pillai Road,
T. Nagar, Chennai - 600 017. Ph : 2834 4360

HAZEENAS PROFESSIONAL BEAUTY SALON
G-2, Brindavan Street,
West Mambalam, Chennai - 33. Ph : 23711523



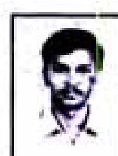
Dr. சாமிகிரிசித்தர்

குழல்இனிது யாழ்இனிது என்பதம் மக்கள்
மழலைச்சொல் கேளா தவர். குறள்-66

காது கேட்கவில்லையா?
7 வயதிற்கு மேலும் ஊமை தன்மையா?
இரைச்சலா?
சீழ் வடிகிறதா?
குணப்படுத்துகிறோம்.



டாக்டர் எஸ். கிரிவாசன்



டாக்டர் எஸ். கிரிராஜன்

40 ஆண்டுகளாக குணம் தரும்,

டாக்டர் சாமிகிரி சித்தர்

காதொலி நிலைய சித்த மருத்துவமனை

383, கிராஸ்கட் ரோடு, காந்திபுரம், கோயமுத்தூர் - 641 012.

தொலை தொடர்புகளுக்கு: இல்லம் 0422 - 2473291
மருத்துவ மனை - 0422 - 2234215

உங்களுடன்

வெள்ளிமணியின் துல்லியமான ஓசை சுருதி சுத்தமாக ஒலிக்கிறது! அந்த ஓசையில் உள்ளம் துள்ளுகிறது! கிணுகிணுக்கும் அந்த மணியோசை, இருபத்தைந்து வருட வளர்ச்சியை, மலர்ச்சியை தனக்கே உரிய மென்மையுடன் ஆழ்ந்த அடக்கத்துடன் உலகிற்கு அறிவிக்கும் இனிய ஓசையல்லவா!



புத்தாண்டு மலர்ந்து புவனமெங்கும் நம்பிக்கை வித்தினை அள்ளித் தெளித்து இருக்கிறது. அத்தனை வித்துக்களும் முளைத்துப் பயிராகி ஆக்கபூர்வமான வளர்ச்சியைத் தரும் என்ற எண்ண அலைகள் அடிமனதில் ஆனந்தமான அமைதியைத் தருகிறது. பன்னிரண்டு மாதங்களாகக் காத்திருந்த வெள்ளி விழா வந்து விட்டது. நெடுநாளைய வாசகிகளையும் புதிய வாசகிகளையும் ஒன்றாக இணைக்க மலர்ந்ததுதான் இந்தப் பிப்ரவரி மாதம்! மற்ற

வெள்ளி விழா அழைப்பிதழ்



மாதங்களை விடக் குறைவான நாட்கள் இருந்தாலும் மங்கையர் மலர் வாசகிகளுக்குக் குறையில்லாத மாதமாகவே பூத்துள்ளது!

1981-ம் ஆண்டு பிப்ரவரியில் மங்கையர் மலர் மலர்ந்தாள். மெல்லத் தவழ்ந்து அடியெடுத்து அம்மாவெனக் குரலெடுத்துச் சிறுபிள்ளையாய் சின்னப் பெண்ணாய் மெல்ல மெல்ல வளர்ந்து சிறகடிக்கும் சிட்டாகி இன்று இருபத்தைந்தில் எழிலரசியாய்த் திகழ்கிறாள். மங்கையர் மலரைக் கோகுலக் கண்ணனோடு ஒப்பிடாமல் இருக்க முடியவில்லை. தேவகி மைந்தனை யசோதையோடு கோபிகையர் அனைவரும் அன்புமழை பொழிந்து வளர்த்தது போலவே, தேசிகன் என்பவர் உருவாக்கி மஞ்சுளா ரமேஷ் அவர்களது அரவணைப்பில், வாசகியரது பேரன்பில் வளர்ந்ததால்தான் இன்று உலகப் பேரழகியாக, அறிவுப் பெட்டகமாகச் செல்ல மகளாக அன்புத் தோழியாகத் திகழ்கிறாள்.

அன்பு காட்டி வளர்த்த

ரேவதி சங்கரன்

மங்கையர் மலர்
(கல்கி நிறுவன வெளியீடு)

பரதன் பப்ளிகேஷன்ஸ்
பிரைவேட் லிமிடெட்டிற்காக
பரதன் அச்சகத்தில்
அச்சிட்டு வெளியிடுபவர் :
கி.ராஜேந்திரன்

கல்கி பில்டிங்க்ஸ்,
47-N.P., ஜவாஹர்லால் நேரு சாலை,
ஈக்காடுதாங்கல், சென்னை -32

ஆசிரியர் :
ரேவதி சங்கரன்

உதவி ஆசிரியர் :
சாந்தி ரங்கராஜன்

வடிவமைப்பு :
ச. கார்த்திகேயன்

தொலைபேசி :
2225 1522, 2225 0823,
2225 1324

தொலைநகல் :
044 -22251021

மின்னஞ்சல் :
ஆசிரியர் குழு :
mangayarmalar@kalkiweekly.com

சந்தா பிரிவு :
subscription@kalkiweekly.com

பிற தகவல்களுக்கு :
info@kalkiweekly.com

மங்கையர் மலர்
இன்டர்நெட் முகவரி :
www.mangayarmalaronline.com

சந்தா விவரம் :
உள்நாடு :
ஒரு வருடம் : ரூ.225/-
ஆறு மாதம் : ரூ.115/-

வெளிநாடு (விமானத்தபால்) :
ஒரு வருடம்: 39 யு.எஸ். டாலர்

Bharathan Publications
Private Limited,
Kalki Buildings,
47-NP, Jawaharlal Nehru Road,
Ekkaduthangal, Chennai - 600 032.

இந்தியாவின் நெ.1 மகளிர்
இதழ் : மங்கையர் மலர்

அன்னைமார்கள் அனைவரையும் இந்த வெள்ளி விழா வேளையில் வணங்குகிறோம்.

மங்கையர் மலரின் அன்பு வட்டம் விரிந்து அனைத்துலகையும் ஆட்கொண்டது என்று சொல்வதை விட, வாசகியரது அன்பாலும் ஆதரவாலுமே அவளால் அன்புவட்டச் சிறகை விரிக்க முடிந்தது என்பதுதான் உண்மை. வாசகியர் அனைவருமே செவிலித்தாய்மார்களாகிச் சொல்லித்தந்த படிப்பினையும், சமையலும், கைவேலைகளும், உலக அனுபவமும், மருத்துவக் குறிப்புகளும் இன்று அவளை, வரும் தலைமுறையைக் கட்டிக் காக்கும் திறமைசாலியாக உருவாக்கியுள்ளது. இந்தப் பாசப்பிணைப்பின் ஆழம், அன்பின் நெருக்கம் மேலும் மேலும் வலுப்பெறுவதை ஊர்கள்தோறும் நடைபெற்ற அன்புவட்ட நிகழ்ச்சிகளில் உணர முடிந்தது.

பிப்ரவரி 26-ம் தேதி நாம் அனைவரும் ஒன்றுசேர்ந்து மங்கையர் மலரது வெள்ளி விழாவினைக் கொண்டாட இருக்கிறோம். சென்னையில் எடுக்கும் விழாவுக்கு உங்கள் அனைவரையும் இருகரம் கூப்பி அன்போடு அழைக்கிறோம். 'சுற்றமும் நட்பும் சூழ நான்கு நாட்கள் முன்னதாகவே வந்திருந்து' என்று அழைப்பதுதான் முறை! எனினும் காலமாறுபாட்டுக்கு ஏற்ப அந்த ஒருநாள் முழுவதுமாக நாம் ஒன்றுசேர்ந்து மங்கையர் மலரை வாழ்த்தி, இன்னும் அவள் காண இருக்கும் மிகப் பெரிய வாழ்வுக்கும் வளர்ச்சிக்கும் உரமாக நமது உளமார்ந்த ஆசிகளை வழங்குவோம்!

வாழ்க வளமுடன்! வாழ்க வையகம்!


இதயத்தில் பூரி, வடை, பஜ்ஜி
செய்து பாருங்கள்..
IDHAYAM
இதயம்
இதயம்
நல்லெண்ணெய்
V.V.V & SONS, VIRUDHUNAGAR - 626 001.
www.idhayam.com

என்றும் உங்களுடன்

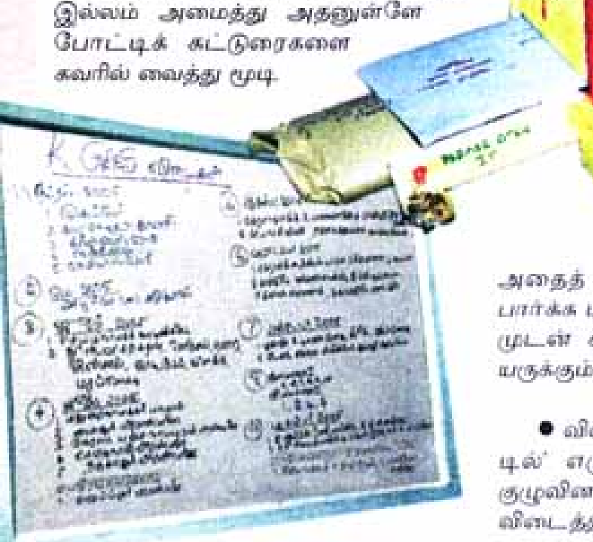
மங்கையர் மலர்

என் இனிய

● சின்னச் சின்ன ஆசை! எல்லோருக்கும்தான். மங்கையர் மலர் வாசகியர் ஆயிரக்கணக்கானோர் ஆசை ஆசையாக Kgeyesன் போட்டியில் கலந்து கொண்டனர். புத்தகம் வெளியானது முதல் எங்கள் அலுவலகத்திற்கு தபால் மூலம், கூரியர் மூலம் கட்டுரைகள் வந்து குவிந்தவண்ணம் இருந்தன. அலுவலக செக்யூரிட்டி சர்வீஸிடமும் சொல்லி யார் எப்ப வந்து நேரிடையாக தபால் கொண்டு வந்து கொடுத்தாலும் வாங்கிக் கொள்ளும்படி ஏற்பாடுகள் செய்யப்பட்டிருந்தன. இதழ்களைத் தவறவிட்ட வாசகியரும் நேரிடையாகவும், தபால் மூலமும் இதழ்களைப் பெற்றுக் கொண்டனர். போட்டி இறுதி நாளன்று கூட புத்தகம் வாங்கி உற்சாகத்துடன் கலந்து கொண்டனர்! அந்தளவு ஈடுபாட்டுடன் கலந்து கொண்ட வாசகியரின் ஆர்வத்திற்கு பாபநாசத்திலிருந்து வாசகி லதா சண்முகநாதன் அனுப்பியிருந்த இந்த வீடே சான்று.

தெர்மாகோலில் அழகாக ஓர் இல்லம் அமைத்து அதனுள்ளே போட்டிக் கட்டுரைகளை கவரில் வைத்து மூடி





● வாசகி லதா சண்முகநாதனின் ஆர்வத்தின் சான்று

அதைத் திறக்க ஒரு திறவுகோலும் தந்து பார்க்க பிரமிப்பாக இருந்தது. இப்படி உற்சாக முடன் கலந்து கொண்ட அனைத்து வாசகி யருக்கும் எங்களது உளம்கனிந்த நன்றி!

● விடைகளைக் கண்ணெதிரே ஒரு 'போர்டில்' எழுதி வைத்துக் கொண்டு தேர்வுக் குழுவினர் அமர்ந்து 5 தவறு வரை உள்ள விடைத்தாள்களை முதலில் தேர்ந்தெடுத்தனர்.

KGEYES RESIDENCY PRIVATE LIMITED

10.2nd Cross Street.R.A.Puram,Chennai-28. Ph:24313939(8Lines)

Mobile:9840 398009,98407 31854. Weekdays:9.30 to 6p.m.Sundays:10.30am to 1.30pm.

Website:www.kgeyes.com Email:sales@kgeyes.com

KGEYES இணைந்து வழங்கும்

KGEYES RESIDENCY PVT LTD.

இல்லம்

10 மாதப் போட்டி முடிவுகள்

ஆசை ஆசையாகப் போட்டியில் கலந்து கொண்ட அனைத்து வாசகியருக்கும் நன்றி!

போட்டியில் கலந்து கொண்ட வாசகியரில் ஒருவர் கூட அனைத்து கேள்விகளுக்கும் சரியான விடை அளிக்கவில்லை. எனவே பரிசுக்குத் தேர்ந்தெடுக்கும் முறையில் சிக்கல் ஏற்பட்டது. அனைத்து கூப்பன்களையும் படித்து குறைந்தது 5 தவறுகள் வரை செய்தவர்களைத் தனியே பிரித்து எடுத்தோம். 4, 3, 2 தவறுகள் செய்தவர்களைத் தனியாகப் பிரித்து எடுத்தோம். 2 தவறுகள் செய்த 5 வாசகியரை கணினி நிபுணர் திரு. ஆன்ட்டோ பீட்டர், அழகுக் கலை நிபுணர் திருமதி வசுந்தரா, கேஜிஎஸ் நிறுவனத்தின் திரு. வெங்கட் மற்றும் சண்முகநாதன், ஆசிரியர் ரேவதி சங்கரன் ஆகியோர் தேர்ந்தெடுத்துள்ளனர்.

இறுதிச் சுற்றுக்கு கீழ்க்கண்ட வாசகியர் தேர்வு செய்யப்பட்டுள்ளனர்.

1. கு. சொர்ணசுந்தரி, மதுரை.
2. மாலதி மணியன், பாண்டிச்சேரி.
3. லக்ஷ்மி மோகன், சென்னை.
4. கலைச்செல்வி - பாண்டி.
5. நீலா சந்திரசேகரன் - சென்னை.

போட்டி விதிகளின்படி, இவர்கள் ஐவர் வீடுகளுக்கும் நேரில் சென்று பரிசீலித்து அவர்களுள் ஒருவருக்கு 'இனிய இல்லம்' வெள்ளி விழா நிறைவு நிகழ்ச்சியில் (பிப்ரவரி 26ம் தேதி) பரிசாக வழங்கப்படும்.



மங்கையர் மலரின்

திருமண மலர்



மங்கையர் மலருக்கென்று பல சிறப்பம்சங்கள் உள்ளன. அதில் ஒன்று, 'திருமண மலர்' பகுதி. இருமனம் இணையும் இந்தத் திருமண மலர் பகுதி பல உள்ளங்களின் வாழ்வில் மறக்க முடியாத அன்புச் சின்னமாக அமைந்து விட்டது. அப்படிப்பட்ட சிறப்புகள் அடங்கிய இந்தப் பகுதி இனி 'மங்கையர் மலரின் திருமண மலர்' என்று தனி இதழாக மலரப் போகிறது.

இன்று என்னதான் அறிவியல் முன்னேற்றம் கண்டாலும் இந்த நவீன யுகத்திலும் கல்யாணம் என்பது 'ஊர் கூடித் தேரிழுக்கும்' ஒரு பெரிய விஷயமாகத்தான் இருக்கிறது.

தங்களுடைய குழந்தைகளுக்கு நல்ல வரன்களைத் தேடும் பெற்றோர்களுக்கு அவர்கள் வேலையை எளிதாக்க ராமருக்கு அணில் உதவியது போல் உங்கள் மங்கையர் மலரின் சிறு முயற்சிதான் இந்தத் திருமண மலர் இதழ்!

இந்த இதழ் பல வித்தியாசமான சிறப்பம்சங்களுடன் மலரப் போகிறது. மணமக்கள் புகைப்படங்களுடன் தங்கள் விவரங்களை இதில் பதிவுசெய்து கொள்ளலாம். வண்ணப் பக்கங்களும் உண்டு. பல லட்சம் வாசகர்களைச் சென்றடையும் மங்கையர் மலருடன் இந்தத் திருமண இதழ் இணைப்பிதழாக வெளிவரும்

வெறும் விளம்பரங்களுடன் இந்த இதழ் இருக்கப் போவதில்லை. இது கல்யாண விஷயமில்லையா! ஆகவே, திருமணத்திற்கு உண்டான கலகலப்பு, பாரம்பரியம், மினுமினுப்பு அனைத்தும் இதில் அடங்கும்.

இனி வாசகிகள் தாராளமாக தங்கள் படைப்புகளை 'திருமண மலர்' இதழுக்கும் அனுப்பலாம்.

மங்கையர் மலர் 'திருமண மலர்' பகுதி மூலம் பயனடைந்த வாசகர்கள் தங்கள் அனுபவங்களையும்; வரன் கிடைத்த சுவையான நிகழ்ச்சியையும் (சில பேர் எங்கெங்கோ தேடி கடைசியில் அவர்களுக்கு மிக அருகாமையிலேயே வரன் கிடைக்கப் பெற்றிருப்பார்கள்) இது போல சுவையான சம்பவங்களையும் முடிந்தால் வண்ணப் புகைப்படங்களுடன் அனுப்புங்கள்.

மேலும் திருமண வைபவங்களில் நடந்த வித்தியாசமான விஷயங்கள் அது சாப்பாட்டு விஷயமாக இருந்தாலும் சரி அல்லது சம்பந்திச் சண்டை நிகழ்ச்சியாக இருந்தாலும் சரி, சிரிக்க, சிந்திக்க வைத்தவை, துணுக்குகள் அனைத்தையும் மங்கையர் மலர் வாசகர்களுடன் பகிர்ந்துகொள்ள எழுதி அனுப்புங்கள்.

படைப்புகள், திருமண விளம்பரங்கள் அனைத்தும்

வந்து சேர வேண்டிய முகவரி : **மங்கையர் மலரின் திருமண மலர்,**

47, ஜவாஹர்லால் நேரு சாலை, ஈக்காடுதாங்கல், சென்னை - 32.

ஃபோன் : 2225 1522 / 1324

பில்ராத்

மருத்துவமனை



வயிறு சம்பந்தப்பட்ட
அனைத்து நோய்களுக்கும்
ஓர் முழுமையான
தீர்வு

℞ அல்ட்ராசானிக் முறையில் நவீன
லேப்ராஸ்கோப்பி சிகிச்சை

- அபெண்டிஸைடிஸ்
- கர்ப்பப்பை நோய்
- பித்தப்பை கற்கள்
- அல்சர்
- குடல் இறக்கம்
- ஓவரியில் கட்டி எடுத்தல்
- குடும்பக் கட்டுப்பாடு சிகிச்சை
- சிறுநீரக கற்கள்

மூலநோய்க்கு அறுவை இல்லா

லேசர் சிகிச்சை

கிரையோ சிகிச்சை

மற்றும் STAPLER METHOD

சிறப்பு அம்சங்கள்

* இரத்த இழப்பு இல்லை * தழும்பு ஏற்படாது
* உடனே பழைய நிலைக்குத் திரும்பலாம்.

BILLROTH HEALTH CHECKUP

BILLROTH HOSPITALS

24 HOURS SERVICE

43, லட்சுமி திரையரங்க சாலை, செனாய் நகர்,
சென்னை - 600 030. போன் : 2644 0020 2644 1777

நடப்புச் செய்திகள்

திருச்சி என்றதும் இரண்டு விஷயங்கள் ஞாபகத்துக்கு வர வேண்டும். ஒன்று மலைக் கோட்டை உச்சிப்பிள்ளையார், அடுத்தது இந்திரா காந்தி கல்லூரி. முதலில் பிள்ளையாருக்கு சுழி போட்டு விட்டு இந்திரா காந்தி கல்லூரிக்கு வருவோம்!

கட்டுக்கோப்பான கட்டிடம், கட்டுக்கோப்பான ஊழியர்கள் அதைவிட கட்டுக்கோப்பான மாணவியர்! இத்தனையும் கட்டிக்காக்கும் டாக்டர் கே. மீனா, கல்லூரி முதல்வர், இனம் விஞ்ஞானி, திறமைமிக்க கல்வியாளர், கணினி வல்லுநர் எல்லாவற்றையும் விட சிறந்த பாசமிக்க குடும்பத் தலைவி! சரி, இத்தனை அவதாரங்கள் போதுமா என்றால் இல்லை இதோ எழுத்தாளராக புதிய அவதாரம் எடுத்துள்ளேன் என்று 'உன்னால் முடியும் பெண்ணே' புத்தகத்தை நம்முன் வைக்கிறார்.

திருச்சியில் நடைபெற்ற புத்தக வெளியீட்டு விழாவில் திருச்சி மேயர் சாருபாலா தொண்டைமான் தலைமைதாங்க, சமூக சேவகியும் செஞ்சிலுவைச் சங்கம் மற்றும் இந்திய மகளிர் சங்கத் தலைவியுமான பத்மஸ்ரீ முனைவர். சரோஜினி வரதப்பன் புத்தகத்தை வெளியிட நமது ஆசிரியர் ரேவதி சங்கரன் பெற்றுக் கொண்டார். 'உன்னால் முடியும் பெண்ணே' என்று உரக்கக் கூறும் டாக்டர் கே. மீனா பின்னால் ஒரு பெண்கள் படையே உள்ளது என்பதற்கு இப் புத்தக வெளியீட்டு விழாவுக்கு திரண்டு வந்திருந்த திருச்சி மாநகர மகளிர் சங்கங்களே சான்று!

இப்படி அனைவரது உள்ளங்களிலும் தோழியாக வலம்வரும் மீனா இப் புத்தகத்தையும் தமது தோழியருக்கே படைத்துள்ளார். இம்முறை இவர் கூவி அழைத்துள்ள தோழியர்: கல்லூரி மாணவியர். ஆம், புத்தகத்தின் தொடக்கமாகவே, 'வா, என் தோழியே என் அருகில் வா... நானும் உன் தோழி தான்' என்று விளித்து மாணவியரைப் பக்கத்தில் அமரவைத்து அவர்களுக்கு பிறருடன் எப்படிப் பழக வேண்டும், பேச வேண்டும், உடை அணிய வேண்டும் போன்ற பல நல்ல விஷயங்களை அழகாக வாழைப் பழத்தைத் தேனில் குழைத்துத் தருவது போல் ஊட்டுகிறார்.

அறிவுரை சொன்னால் இக்கால தலைமுறையினர் ஏற்றுக்கொள்ள மாட்டார்கள் என்பதை நன்குணர்ந்து அவர்களிடம் ஒரு தோழியாகவே பழகி நல்ல கருத்துக்களை இந்நூல் மூலம் பதியவைக்க முயற்சித்துள்ளார். அவரது முயற்சி பலிக்குமா என்றால் இந்நூலுக்கு அணிந்துரை வழங்கியிருக்கும் சரோஜினி வரதப்பனின் வரிகளே பதில்: இந்நூலினை படிக்கும் ஒவ்வொரு பெண்ணும் 'தன்னால் முடியும்' என்பதைத் தங்கள் சாதனைகள் மூலம் நிரூபிக்க வேண்டும்! அனைவரும் படிக்க வேண்டிய இந்நூல் ரூ. 60/-க்கு கதிர்மதி பதிப்பகம், 47/1, புதிய சுற்றுவா மாளிகை காலனி, டி.வி.எஸ். டோல்

ஒரு புத்தகம்,





• மீனா

ஒரு பாராட்டு, ஒரு விழா!

கேட், திருச்சி - 20 விலாசத்தில் கிடைக்கிறது.

ஒரு பாராட்டு

இப்புதிய ஆண்டில் ஒரு நல்ல விஷயத்தின் தொடக்கமாக பாராட்டும், விருதும் பெற்றிருக்கிறார் கள் இந்தச் சாதனை யாளர்கள். இவர்கள்: கடல் வணிகத்தில் சிறந்து விளங் கும் திரு. எஸ். சேவியர் பிரிட்டோ, மாஸ் மீடியாவின் நட்சத்திர நாயகி ரேவதி சங்கரன் (நமது ஆசிரியர்), டாக்டர் எஸ்.எம். அமீது அப்துல் க்வாதிர் (கல்வி நிறுவனர் களின் தலைவர்), யோகா மாஸ்டர் திரு லலித்குமார் மற்றும் சிறந்த ஆசிரியர் டாக்டர் மார்சியானா.

சென்னை மைலாப்பூர் பேராயர் ஏ.எம். சின்னப்பா தலைமையில் தமிழ்நாடு அனைத்து இந்திய கிறிஸ்துவின் கூட்டமைப்பு மேற்படி சொன்ன சாதனையாளர்களுக்கு பாராட்டும் விருதும் அளித்து கௌரவித்து மகிழ்ந்தது.



ஒரு விழா!

தண்ணீர் தண்ணீர் என்று அரற்றிய தமிழக மக்களுக்கு வெள்ளமாய் வாரி வழங்கிய வருணபகவானுக்கு யார் நன்றி சொல்வார்களோ இல்லையோ நிச்சயம் தண்டலம் (தண்+தலம்) கிராமத்தினர் நன்றி சொல்வார்கள். காரணம் : இங்கு 10 வருடங்களாக ஒரு சொட்டுத் தண்ணீர் இல்லாமல் வற்றியிருந்த நூறு ஏக்கரா பரப்பளவு ஏரி இப்பொழுது நிரம்பி வழிகிறது!

சென்னையிலிருந்து நூறு கிலோ மீட்டர் தொலைவில் அரக்கோணத்துக்கு அருகில் உள்ள இந்தத் தண்டலம் கிராமம் பல சிறப்புகளைத் தன்னுள்ளே அடக்கியுள்ளது. ஸ்ரீ ஆதிகேசவப் பெருமாள் கோவிலும் அகஸ்தீஸ்வரர் கோவிலும் இவ்வூருக்குப் பெருமை தருகின்றன.

இக்கிராமத்தில் இன்னொரு பெருமையான விஷயம்:

பண்டைக் காலத்தில் இங்கு ஒரு சத்திரம் இருந்தது. திருப்பதியிலிருந்து காசிக்குச் செல்லும் யாத்திரிகர்களும் சித்தர்களும் இதில் வந்து தங்கியிருந்து



நட்புச் செய்திகள்



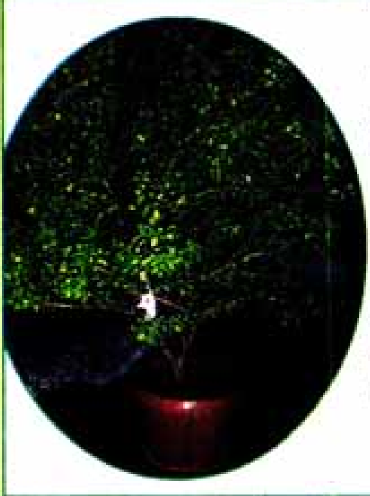
பரம் பொருளைப் பூஜித்ததாகக் கேள்வி. தற்பொழுது இங்கு மீண்டும் ஒரு புது சத்திரம் கட்டப்பட்டு அதில் இக்கிராமப் பெண்கள் சுய உணவுத் திட்டம் ஒன்றை ஆரம்பித்துள்ளனர். தினமும் தத்தம் வீடுகளில் தினப்படி வேலைகளை முடித்துக் கொண்டு இச்சத்திரத்துக்கு வந்து ரவாதோசை, நவதான்ய தோசை, காஞ்சிபுரம் இட்லி, தவலை அடை இவற்றை தயாரித்து விற்றும் வருகிறார்கள்.

2004-ம் வருடம் இங்குள்ள ஸ்ரீ ஆதிகேசவப் பெருமாளுக்கு குடமுழுக்கு கும்பாபிஷேகம் சிறப்பாக நடைபெற்றது. அப்பொழுது நடந்த ஓர் அதிசயம்: ஆஞ்சநேயர் சந்நிதிக்கு அடிக்கல் நாட்டும் பொழுது பூமியைத் தோண்ட பெரிய ஸ்ரீநிவாச பெருமாள் புதையலாக வெளிப்பட்டுள்ளார்!

அபய முத்திரை காட்டி பக்தர்களுக்கு அருள்பாலித்த இந்த ஸ்ரீநிவாச பெருமாளுக்கு அங்கேயே தனி சந்நிதி அமைக்க தண்டலம் ஸ்ரீ ஆதிகேசவ பெருமாள் டிரஸ்ட் விழைந்தது.

இதற்காக நன்கொடைகள் பெறப்பட்டு, இப்பொழுது திருப்பணி நிறைவாக முடிந்து ஸ்ரீநிவாஸப் பெருமாள் கோவில் கும்பாபிஷேகம் வரும் பிப்ரவரி பத்தாம் தேதி காலை 8.45 முதல் 10.15 மணிக்குள் நடைபெறவுள்ளது! கும்பாபிஷேக விழா பற்றிய மேல் விவரங்களுக்கு தண்டலம் ஸ்ரீ ஆதிகேசவப் பெருமாள் டிரஸ்ட், 14, சத்யநாராயணா அவென்யூ, சென்னை - 28 முகவரிக்குத் தொடர்பு கொள்ளலாம்.

- சாந்தி ரெங்கா



ஆரஞ்சு, எலுமிச்சை போன்றவை பேக் செய்து வரும் வலை பையைத் தூக்கி எறியாமல் துளசி விதை போட்டு இருந்த தொட்டியின் மேல் தொப்பி போல் கவிழ்த்து தொட்டியின் கழுத்தைச் சுற்றி ஓர் ரப்பர் பேண்ட் போட்டுவிட்டேன். செடி சற்று பெரியதாக வளர்ந்ததும் வேறு தொட்டியில் மாற்றி வைத்தேன். பட்க்ஷிகளிடமிருந்து விதையைக் காக்கவே இந்த யுக்தி. இப்பொழுது சிறு கன்றுடன் செழித்து வளர்ந்து இருக்கிறாள் எங்கள் வீட்டுத் துளசி.

- ஈஷ்
லண்டன்



DR. G. Radhika Reddy
M.A., Ph.D.,
Doctor of Philosophy
in Cosmetology
Angels®
Advanced Clinic (P) Ltd
Hair, Skin & Body Care Since 1991
Website: www.angelsadvancedclinic.com
Email: angels@angelsadvancedclinic.com
Before
50% OFFER
on Weight Reduction
Weight Reduction thru
Cellulite Therapy & Body Former
After
NDYAG Long Pulsed Laser for
Unwanted Hair Removal on
Upper Lip, Chin, Cheeks,
Chest & Abdomen
50% OFFER
on Unwanted Hair Removal
Before
Breast Development
thru Micro
Stimulation System
After
thru Silicon System
வழுவழுப்பான மற்றும் முடியில்லா
சருமம் உள்ளதாக கனவு கண்டீர்களா?
இப்போது உங்களுக்கு கிடைக்கும்
...நிரந்தரமாக
Before
After
2B, 3rd Avenue, T-53/99, (Opp. 14 Shops) Rajeshwari Mansion, Anna Nagar, Chennai - 600 040.
Timings: 9 am to 7 pm (Open on all days). Cell: 98400 46599. Ph: 044-52176679 / 26212547 / 26213468
★ New BranchRR Complex, 117/A, Near Milk Factory, West Sambandham Road,
R.S.Puram, Coimbatore. Ph: 0422 - 5547577, 2547889
● Hyderabad - (040)23222111, 55368999 ● Bangalore - (080)51153995 ● Vijayawada - (0866)2477149 ● Vizag - (0891)2598697
VIJAY

தானத்தில் சிறந்தது உதானம்!

டாக்டர் கமலா செல்வராஜ் அனுப்பியிருந்த புத்தாண்டு வாழ்த்துகளில், ராபர்ட் டெஸ்ட் ஆங்கிலத்தில் எழுதிய வரிகளை அனுப்பியது மனத்துக்கு நிறைவாக இருந்தது. உதானத்தைப் பற்றி அருமையாக சித்தரித்த அந்த எழுத்துக்களை என்னால் இயன்றவரை தமிழில் மொழிபெயர்த்திருக்கிறேன் - உங்களுடன் பகிர்ந்துகொள்ள!

என்றென்றும் நான் உங்கள் நினைவில் நிற்க...

* ஒருமுறை கூட சூரியோதயத்தையோ, குழந்தையின் அழகிய முகத்தையோ, பெண்ணின் கண்களில் தெரியும் காதல் பார்வையையோ காணாத ஒருவருக்கு என் கண்களைக் கொடுங்கள்.

* இதயமே ஒரு வலியாகித் தவிக்கும் ஒருவருக்கு என் இதயத்தைத் தந்து விடுங்கள்.



* விபத்தினால் பாதிக்கப்பட்ட ஒரு இளைஞனுக்கு, என் இரத்தத்தைக் கொடுத்து, அதன் மூலம் அவன் வாழ்க்கை பலநாள் நீடித்து, பிள்ளைகள், பேரப் பிள்ளைகளுடன் கொஞ்சும் பாக்கியத்தை அவன் பெறட்டும்.

* இயந்திரங்களை நம்பி வாழும் வாழ்க்கையைப் போக்க ஒருவருக்கு என் சிறுநீரகங்களைப் பொருத்துங்கள்.

* என் உடலில் உள்ள எலும்பு சதை, நரம்புகள் ஒரு ஊனமுற்ற குழந்தைக்குப் பயன்படும் என்றால் தயவுசெய்து எடுத்துக் கொண்டு தேவையான மருத்துவ உதவியைச் செய்யுங்கள்.

* என் மூளையின் எந்த ஒரு அணுவும், ஒரு வாய் பேசாதவருக்கோ, காது கேளாதவருக்கோ பயன்படும் என்றால் நொடியும் யோசிக்காமல் அவற்றைப் பயன்படுத்துங்கள்.

* இதன் பிறகு எஞ்சியுள்ள என் உடலை எரித்து அந்தச் சாம்பலை மரங்களும்; செடிகளும் பூத்துக் குலுங்க உபயோகியுங்கள்.

* என்னைப் புதைக்க நினைத்தால் என் தவறுகளையும், குற்றம் குறைகளையும் மட்டுமே புதையுங்கள்.

* என் பாவங்களை மன்னித்து, என் ஆன்மாவைக் கடவுளுக்கு அர்ப்பணியுங்கள்.

* என்னை நினைவில் கொள்ள நினைத்தால்.. தயவுசெய்து மற்றவர்களுக்கு உபகாரம் செய்யுங்கள்.

* நான் வேண்டியது அனைத்தும் நடந்து விட்டால் நான் என்றென்றும் உயிர் வாழ்வேன்!

உதானம் செய்வதன் மூலம் பல மார்க்கண்டேயர்கள் உருவாக வாய்ப்பிருக்கிறது என்பதை இந்த வரிகள் தெளிவுபடுத்துகின்றன!

டாக்டர். எஸ். ராமகிருஷ்ணன்

மார்க்கண்டேயர்கள்

சொந்த வீடு என்பது சுலபம்
கடனைத் திருப்பிச்
செலுத்துவதோ இன்னும் சுலபம்.

Star HOME LOAN

பாங்க் ஆஃப் இந்தியா வழங்குகிறது:

- திருப்பிச் செலுத்தும் திறனுக்கு ஏற்ப மாறும் ஈஎம் ஐகள்
- ஸ்டெப் அப்/ஸ்டெப் டவுண் ஈஎம்ஐகள்
- இலவச தனிநபர் விபத்துக் காப்பீடு
- கடன் பாதுகாப்புக்காக ஆயுள் காப்பீடு (விருப்பத் தேர்வு)

STEP up Repayment

STEP down Repayment



PRESSMAN



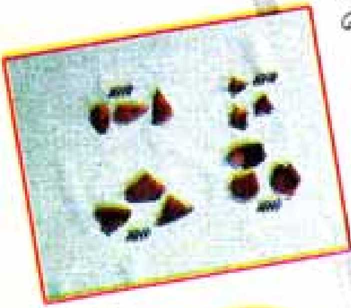
ஆர்.ஜி. வனிதா அம்பிகைராமன்.

உங்கள் ஹீரோயின் அவ்வையின் வழியில் "நாலு வரியில் நாலு கோடி" பாடல் எழுதிய அனுபவம் உண்டா? அவ்வையார் வரிப்படியே (நாலு கோடி) எதிரிட்ட அனுபவங்களின் போது அப்படியே அவ்வையாரை ஃபாலோ பண்ணுவீர்களா? காந்தியப் பாதையில் எதிரிகளைத் திருந்தி விட (பக்குவப்படுத்த) முயல்வீர்களா?

அன்பு

வனிதா மணியே! எறியும் ஒரு கல்லில் மூன்று மாங்காய் வேண்டுமா! ஆகட்டும்! என் ஹீரோயின் அவ்வையாரின் அடிப்பொடியில் நான் ஒரு துகள் கூட ஆகமாட்டேன். இருப்பினும் இக்காலத்திற்கென ஒரு கவிதை எழுதியதுண்டு.

சித்தி வீடேயானாலும் சீரியல் நேரத்தில் செல்லாமை கோடி பெறும்!
சித்து விளையாட்டைத் தெய்வீகம் என நம்பாமை கோடி பெறும்!
சொத்துப் பல சேர்த்தாலும் உடன் வருவது தருமம் ஒன்றே எனும் நம்பிக்கை கோடி பெறும்!
வித்துக்கள் பல விதைப்பினும் வளர்பயிர் மட்டுமே வளரும் என்னும் தெளிவு கோடி பெறும்!



அவ்வை மொழியை நடைமுறை ஆக்க முடியாமல் போனதுண்டு. மதியாதார்வாசல் மிதித்திருக்கிறேன், காலத்தின் கட்டாயத்தால்! உலகோர் அனைவரும் என் சுற்றமாக வேண்டும் எனும் பேராசை உண்டு. கோடி(ப்பொன்) கொடுக்கமுடியாவிட்டாலும் கோடி(த்துணி) கொடுப்பதில் நிறைவுகாண்கிறேன். எதிரிகள் என்று எவரையும் எண்ணாத அளவுக்குப் பயந்தாங்கொள்ளி! சண்டைக்கோழியாக என் அன்னை என்னை வளர்க்கவில்லை!



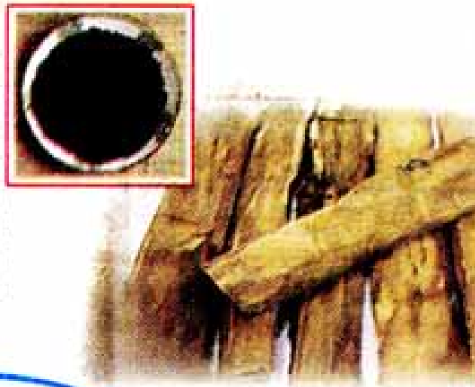
ரேவதி சங்கரன்

ராஜி கணேசன், வளசரவாக்கம்.

என்ன பெரிய கம்பசூத்திரமா? என்கிறார்களே தயவு செய்து விளக்கவும்.

குறுகிய செய்யுளில் விரிவான பொருளை அடக்கி இனிதாகத் தருவது

சூத்திரம் எனப்படும். கம்பர்பெருமான், உய்த்துணரும் வகையில் அற்புதமாக எழுதிய ராமகாதை போல் இனி யாரும் செய்ய முடியாது என்பதை உயர்வாகக் காட்டும் சொல் வழக்கு. கம்பவிசித்திரம் என்பது கம்பசூத்திரம் ஆனது என்றும் சொல்வர். தன்னம்பிக்கை அதிகம் உள்ளவர் மட்டுமே, "என்ன பெரிய கம்பசூத்திரமோ! நான் செய்து காட்டுகிறேன்!" என்று கூற முடியும்.



வட்டம்

குமுதா ராஜ், சென்னை - 83.

தசாங்கம் என்றால் என்ன? அன்று ஊதுபத்தி வாங்கும்போது, தசாங்கம் என்பதை வாங்கினேன், புதுவிதமான ஊதுபத்தி என்றெண்ணி வீட்டில் வந்து பார்த்தால், அது மிகவும் வாசனையான, மெலிதான பொடியாக இருந்தது. கூடவே ஒரு பிளாஸ்டிக் கோன் இருந்தது. எனக்கு முடிந்தவரை அதில் ஒரு தசாங்க கோன் செய்து பற்றவைத்தேன் - வாசனை பிரமாதம். இதன் சிறப்புக்களைப் பற்றி யாராவது விவரமாகக் கூற முடியுமா?

பத்து வகையான வாசனைப் பொருட்களின் கலவையால் புகையூட்டப் பயன்படுவது தசாங்கம். சிறு வயதில் எங்கள் கிராமத்தில் வாசனைப் பொருள்கள் விற்பனை செய்து வந்த 'சாம்பிராணித் தாத்தா' சொன்னது புகைமூட்டமாக நினைவு வருகிறது. வீரட்டானேச்வரருக்கு குங்கிலியப் புகையிட்டுத் தொண்டு செய்த கலயநாயனார்' பற்றிக் கதையாகச் சொல்லுவார். "தசாங்கம் இரண்டு பஞ்சாங்கம் அல்ல! சாம்பிராணி, குங்கிலியம், அகில் கட்டை, சந்தனக் கட்டை, தேவதாருக்கட்டை, வாசவேர், கஸ்தூரிக் கிழங்கு, இச்சிலிக் கிழங்கு, பச்சிலை, பூவிதழ்கள் ஆகியவற்றைக் காய வைத்துப் பொடி செய்த கலவை. தணலில் இட எழுகின்ற புகை தெய்வீகமானது" நடுக்கூடத்தில் வாசனைப் பொருட்களைப் பரப்பி வைத்து இது இன்னது என்று விளக்குவார். பேசும்போதே எங்கள் புருவத்தில் புனுகு தடவி ஜவ்வாதுப் பொட்டும் வைப்பார். அந்த வாசனை மூன்று நாளானாலும் போகாது! எங்கள் பாட்டி தவறாமல் அரகஜா, கோரோசனை, கஸ்தூரி எல்லாம் வாங்குவார். அதை நினைக்கும் போது பழைய வாசனை நெஞ்சில் மணம் கமழ்கிறதே!

எம். மோஹரினா, பாலக்காடு.

எனது கணவர் வீடு பாலக்காடு. எனக்கு இருக்கும் சந்தேகம் என்னவென்றால், நாம் பேசும் ஆங்கிலத்துக்கும் (pronunciation), மலையாளிகள்

* இந்த மாதம்
அன்பு வட்டம் சிறந்த
கேள்விக்கு நர்மதா பதிப்பகம்,
சென்னை - 17
வழங்கும்
ரூ. 250/- மதிப்புள்ள
புத்தகங்களைப் பரிசாகப்
பெறுபவர் :
குமுதா ராஜ்,
சென்னை - 83.

பேசும் ஆங்கிலத்துக்கும் வித்தியாசம் உள்ளது. ஆனால் அவர்கள் சொல்வது அவர்கள் பேசும் ஆங்கிலம்தான் சரி. நாம் பேசும் உச்சரிப்பு தப்பு என்று வாதிக்கிறார்கள். நாம் பேசுவது தப்பா? எனக்கும் என் கணவருக்கும் அடிக்கடி இதனால் ஒரு பிரச்னையே ஏற்படும். எனக்கு விளக்கம் தேவை. மேலும் October என்பதை நாம் தமிழில் அக்டோபர் என்கிறோம். ஆனால் ஒக்டோபர் என்பதுதான் சரி என்கிறார் அவர்.

"பாலக்காட்டுப் பக்கத்திலே ஒரு அம்மாஞ்சிராஜாவின்" ராணியா? வானத்திலிருந்து பொழியும் மழைநீர் தெளிவாக இருந்தாலும், அது நதியாகிச் செம்மண் தரையில் பாயும் போது அந்த நிறத்திலும், கரிசல் மண்ணில் வேறாகவும் கடலில் கலக்கும்போது வண்டலாகவும் இருப்பது போலத்தான் இறக்குமதியான ஆங்கில மொழி! தமிழ்நாட்டில் 'வொண்டர்ர்ர்புல்' என்று 'ஆர்'ருக்கு அழுத்தம் தருவோம். ஸ்கூல் என்பதை வடக்கில் ஸ்கூல் என்பதும், விஷுவல் கம்யூனிகேஷன் என்பதை, "பிஷுபல் கொம்யூனிகேஷொன்" என வங்காளத்திலும், ஃபாசினேஷன் என்பது ஃபாஸினேஸஷன் என்று மேற்கிலும், தாங்க்ஸ் எனும் சொல், 'தாங்க்ஸு' என ஆந்திராவிலும் ஒலிக்கும்போது ஒலவக்கோட்டில் அக்டோபர் ஒக்டோபர் ஆவதில் தப்பு என்ன? கோட்டயம் கோளேஜில் குட்டிகளுக்கு நோளேஜ் வளர உண்டல்லோ! மொழிப் பிரச்னை தெரியும் - உச்சரிப்புப் பிரச்னை எனக்குட புதிது! யாரும் மாற்றிக் கொள்ள வேண்டாம்! எந்தா? மனஸிலாயோ?

காயத்ரி பாலுகணேஷ், சென்னை.

அகலத்தில் கட்டி நீள இழுப்பது இரு என்றால்? எனக்கு சற்று விளக்கமாகக் கூறவும்.

அகலத்தில் கட்டி நீள இழுப்பதல்ல. அகலத்தில் கட்டி நீள இருத்தல்! சற்றுத் தொலைவில் வீடுகட்டி - நீடித்த உறவுடன் இருப்பது. அப்படியென்றால், சுற்றத்தார்.டம் சற்று விலகியே வாழ்வதுதான் நீடித்த சுகம் தரும். கிட்டப் போனால் முட்டப் பகை! பழமொழிகளை எப்படியெல்லாம் மாற்றி விடுகிறோம்!!

விஜயா சுந்தர்ராஜன், திருவள்ளூர்.

'வானரங்கள் கனிகொடுத்து' எனத் தொடங்கும் திரிகூடராசப்பக்கவிராயரின் முழுப் பாடலையும் தர அன்புடன் வேண்டுகிறேன். (முதல் 4 வரிகள் மட்டுமே எனக்குத் தெரியும். மீதி தெரியாமல் தலையைப் பிய்த்துக் கொண்டிருக்கிறேன்) எனக்காக ப்ளீஸ்...

இந்த மாதிரிக் கேள்விக்கு விடை சொல்லி வெகுநாட்களாகி விட்டது. இதோ நம் மூதாதையர் பற்றிய பாடல்!

வானரங்கள் கனிகொடுத்து
மந்தியொடு கொஞ்சும்
மந்தி சிந்து கனிகளுக்கு வான்கவிகள்
கெஞ்சும்
கானவர்கள் விழியெறிந்து வானவரை
அழைப்பர்
கவனசித்தர் வந்து வந்து காயசித்தி
விளைப்பர்
தேனருவித்திரை எழும்பி வானின்வழி
ஒழுகும்
செங்கதிரோன் பரிக்காலும்
தேர்க்காலும் வழுகும்
கூனல் இளம்பிறைமுடித்த
வேணியலங்காரர்
குற்றாலத்திரிகூட மலை எங்கள்
மலையே!


எல்லோரும் நலம் வாழ
Rs. 4 Pack
இதயம்
நல்லெண்ணெய்
IDHAYAM
GINGELLY OIL
Rs. 4
ONLY FOR
TAMILNADU
Mfrs.: V.V.V. & Sons,
443, Bazaar,
Virudhunagar - 626 001
என்றென்றும்...



ஸ்ரீ வேதவல்லித் தாயார்

பிருந்தாரண்ய க்ஷேத்ரம் எனப்படும் திருவல்லிக்கேணியில் அல்லிமலர்கள் நிறைந்த கைரவணி புஷ்கரணி தடாகத்தில் ஒரு அல்லி மலரில் தோன்றினார். பிருகு மகரிஷிக்கு அக்குழந்தை வேதஸ்வருபமாகக் காட்சியளித்ததாலும் அல்லி மலரில் தோன்றியதாலும் 'வேதவல்லி' என்று பெயரிட்டு வளர்த்தார்.

'திருவரங்கனை தன் நாதனாக ஏற்று வாரீர் எம்நாதரே' என்று அழைக்கவே இத்தலத்தில் ஸ்ரீரங்கநாதர் "ஸ்ரீமந்நாதன்" என்று போற்றப்படுகிறார்.

- ஜெயமணி

ரமா வரதராஜன், மன்னார்குடி

கயை, காசிக்குச் சென்று விட்டு வரும் போது, நமக்கு விருப்ப மான காய், கனி, இலை இவற்றில் ஒவ்வொன்றை விட்டு விட்டு வர வேண்டும் என்கிறார்களே? அது ஏன்? என்ன காரணம்? தயவுசெய்து பதில் அளித்து உதவுங்கள்.

வாழ்வின் ஒவ்வொரு கட்டத்தைத் தாண்டி வரும்போதும் அனுபவம் முதிர்ச்சி பெற வேண்டும். இளம்பருவத்தைத் தொடர்ந்து மணம்புரிந்து குடும்ப வாழ்க்கையை மேற்கொண்டு சந்ததியினரை வளர்த்து முதுமையில் எல்லாவற்றையும் துறந்த பற்றற்ற வாழ்வு நமக்கு வீடு பேற்றைத் தரும் என்று சொல்லப்படுகிறது. நமது பாவப் பிணியகல காசி, கயை அங்கெல்லாம் போகிறோம். அங்கு போய் நமது பற்றுகள் அகன்று முதிர்ச்சி முழுமை பெற்றதன் அடையாளமாகப் பிடித்தவற்றை விட்டு விட்டு வரச் சொல்கிறார்கள். பலர் காசிக்குப் போய்க் குடும்பத்தையே துறந்து சன்னியாசம் வாங்கிக் கொள்கிறார்கள். கல்லூரி மாணவனுக்கு நடைவண்டி தேவையில்லை. அதுபோல முதல்கட்டத் தேவைகள் அடுத்த கட்டத்தில் இராது என்பதை விளக்கும் செயல் இது.

அகிலா பஞ்சாபகேசன், பெங்களூர்.

இறைபக்தி, இறையுணர்வு வித்தியாசம் என்ன? அர்த்தம் என்ன?

இறைபக்தி என்பது நம்மை விட மேலானதாக, நம்மையெல்லாம் இயக்கும் சக்தியின்பால் அளவற்ற அன்பும் மரியாதையும் கொண்டு பணிவது. இறையுணர்வு என்பது இறைவனை உள்ளேயே தேடித் தேடிப் பெறுகின்ற ஞானம். பக்தியின் நிலைகளில் பல படிகள் கடந்து வந்தால் தான் இறையுணர்வைப் பெற முடியும். அதற்கு இறையருள் நிறைய வேண்டும்.

சாந்தி ராஜாராமன், திருச்சி.

இறந்தவர்களை அன்னாரது பூத உடல் இன்று தகனம் செய்யப்படும் என்கிறார்களே? பூத என்ற சொல்லிற்கு என்னம்மா அர்த்தம்? நீண்ட நாட்களாக என் மனத்தில் இருந்து வந்த கேள்விக்குத் தங்களிடம் பதில் எதிர்பார்க்கும் வாசகி.

இந்த உடல் நிலம், நீர், காற்று, நெருப்பு, ஆகாயம் ஆகிய பஞ்சபூதங்களால் ஆனது. உயிர் இருப்பதால் உடல்கள் இயங்குகின்றன. உயிர் பிரிந்த பின் இந்த உடல்

Neomed Hospital

Non-Surgical
Treatment Centre For
Heart Attack Problems

Timing :
Week days 9 am to 6 pm
Sunday 10am to 5 pm
(Phone enquires only)

"பைபாஸ் அறுவை சிகிச்சைக்கு மாற்று உண்டா?"

பிரதி வியாழன், வெள்ளி, சனி
ஆகிய தேதிகளில் மதுரையிலும்

திங்கள், செவ்வாய், புதன்
ஆகிய தேதிகளில் சென்னையிலும்

நியோமெட் மருத்துவமனையின்
தலைமை டாக்டர். L. சிவபாலன்
M.B.B.S., Dc. OT (Canada) CCP (USA), MCCP, MACCG.
மருத்துவ ஆலோசனை வழங்குகிறார்.

மாரடைப்பு, நெஞ்சுவலி போன்ற இதய நோய்களுக்கு ஆஞ்சியோப்ளாஸ்டியும் பைபாஸ் சர்ஜரியும் மட்டுமே தீர்வுகள் என்று நினைக்கிறீர்களா? ஓஸோன் மற்றும் கிலேஷன் சிகிச்சைகள் மூலம் நிவாரணம் பெறுவீர்! இதயம் சம்பந்தமான நோய்களுக்கு இத்தகைய சிகிச்சைகள் குணமளிப்பது நிரூபணம் செய்யப்பட்டு, ஜெர்மனி, அமெரிக்கா, இங்கிலாந்து, ரஷ்யா, ஃபிரான்ஸ், ஜப்பான் உட்பட உலகில் 24 நாடுகளில் பின்பற்றப்படுகிறது. மேலும் 12 கோடிக்கும் மேற்பட்ட ஜெர்மனியர்கள் மற்றும் 7000க்கும் மேலான புகழ் பெற்ற மருத்துவர்கள், இதய, மூட்டு நோய்கள் மற்றும் புற்றுநோய்க்கும் இம்முறைகளையே நம்புகின்றனர். உங்களுக்கும் இந்த சிகிச்சை முறைகள் பற்றி அறிய ஆவலா? உடனே எங்களைத் தொடர்பு கொள்ளுங்களேன். அறுவை சிகிச்சையில்லை, வலி இல்லை, நீண்ட நாள் மருந்துகள் இல்லை. ஆனால் உங்கள் பிரச்சினைகளுக்கு தீர்வுகள் மட்டும் கட்டாயம் உண்டு!



NEOMED HOSPITAL
CARE FOR BETTER LIVING

11, Lakeview Road, Opp. Sundaram Theatre,
K.K. Nagar, Madurai - 625 020.
Ph : 0452-2581414, 2581515, 4393473

2181, 'L' Block, 12th Main Road,
Anna Nagar, Chennai - 600 040.
Ph : 044-26201147, 26200882

sasiads/mdu



பஞ்சாமிர்தம்

பாட்டி - ஜானகி அம்மாள்
அம்மா - ராஜலட்சுமி
மகள் - வைஜெயந்தி,
பேத்தி - விஜயலட்சுமி,
கொள்ளு பேரன் - ஓம்.

மீண்டும் மண்ணுக்கே சொந்தமாகிறது. பூதங்களோடு கலந்து விட்டதால் அவ் வாறு குறிப்பிடுகிறார்கள். பூதக்காலம் என் றால் கடந்த காலம் என்று வடமொழியில் சொல்லுவர். உயிர் கடந்து விட்ட உடல் என்பதைக் காட்டுகிறது.

எல். மூர்த்தி, பெங்களூர்.

பச்சை கர்ப்பூரம் - சூடம் தீபாராதனை சூடம் இரண்டிற்கும் உள்ள வித்தியாசம் என்ன? இரண்டுமே Camphor தானே?

கர்ப்பூரம் என்பது ஹைட்ரஜன், ஆக்ஸிஜன், கார்பன் சேர்ந்த கலவை. **C10H16O** என்ற விகிதம். (நான் படித்தது ரசாயனம் பி.எஸ்ஸி.) கிழக்கு ஆசிய நாடுகளில் வளரும் தேவதாரு மரத்தின் பட்டை முதலியவற்றை உலையிலிட்டுக் காய்ச்சும் போது எழுகின்ற ஆவி குளிரும் போது கிடைக்கின்ற பொருள். இது தீபாராதனை காட்டும் கர்ப்பூரம்.

எளிதில் பற்றிக்கொள்ளும். ஆவியாகும் தன்மை உண்டு. பச்சைக் கர்ப்பூரம் என்பது ஆண்டாள் சங்கிடம் கேட்டாளே, "கருப்பூரம் நாறுமோ?" அது! கர்ப்பூரத் தைல மரம் என்பது வேறு. இதன் நடுப் பகுதியில் கீறினால் மஞ்சள் நிறப்பால் வடியும். அதனை வாலைக் குழாயிலிட்டுக் காய்ச்சும்போது வேறொரு பாத்திரத்தில் வடிந்து கர்ப்பூரத் தைலமும், சிறு பாளங்களாக வாசனை மிக்க பச்சைக் கர்ப்பூரமும் கிடைக்கும். காய்ச்சும் வாலைக் குழாயின் அடியில் தங்கும் பாலின் கசடு குங்கிலியம் ஆகும். அதனைப் புகையிடுவர். திருப்பதி எம்பிரானது முகவாயில் அழகு சேர்ப்பது பச்சைக் கர்ப்பூரம். முழுவதுமாக இறைவனது மேனியழகைக் காணக் காட்டப்படுவது கர்ப்பூர ஆரத்தி.


அர்ஜுனின் அதிரடி
புத்தி 'டிப்'
அர்ஜுன் தன் மின்னல்
வேக புத்தி காரணமாக
மற்ற குழந்தைகளை விட பல
மடங்கு முன்னால்
நிற்கிறான். இதன் இரகசியம்
ஆரோக்யா நாலரை பாலில்
ஒவ்வொரு துளியிலும்
இயற்கையாக உள்ள
பாஸ்போலிபிட்ஸ் எனும்
ப்ரைன் ஆக்டிவேட்டர்ஸ்.
மூளை சுறுசுறுப்பாக
இயங்க இது மிகவும்
அத்தியாவசியமாகும்.
வளரும் குழந்தைகளுக்கு
14 இன்றியமையாத
சத்துக்களும் ஆரோக்யா
மில்க்கில் நிறைந்துள்ளது.
அர்ஜுனின்
புதிய
கணக்கு :
16263
11x
16263
16263
178893
16263
11x
178893
16263
16263 X 11. இதை சுலபமாக பெருக்குவது எப்படி? முதலில் கடைசி நம்பர் 3ஐ எழுதுக. பிறகு இடப்புறமாக 3+6. அதாவது 9 எழுதுக (93). மீண்டும் இடப்புறமாக 6+2, அதாவது 8. இப்போது (893). அடுத்து 2+6, அதாவது 8 எழுதுக (8893). இனி 6+1, அதாவது 7, இப்போது (78893). பிறகு கடைசி நம்பர் 1ஐ அப்படியே எழுதுக. அதாவது 178893.
4.5
மின்னல்
வேக
புத்திக்கு.
ஆரோக்யா
மில்க்
AROKYA

சாரதா கேட்டரிங் சர்வீஸஸ்

ஹோம்லி டேஸ்ட் | பணிவுடன் பணிவிடை

- திருமணம் மற்றும் அனைத்து விசேஷங்களுக்கும் **A to Z**
- **கோலம் முதல் கட்டுசாதம்** வரை

அனைத்து ஏற்பாடுகளையும் செய்து தருகிறோம்.



சென்னை மற்றும் தென் இந்தியா முழுவதும்

Our Service for Marriage is Speciality

No. 12, New 25, Velunaicken Street, West Mambalam, Chennai - 33.

போன்: 2474 6111, 2474 2721, செல்: 98400 68088

SHARADHA STORES

SINCE 1974

பண்டிகை கால பட்சணங்களுக்கு ஒரு பாரம்பரிய நிறுவனம்

51, Aryagowder Road, **WEST MAMBALAM** - ✆ 2489 3223
27, Subbah Reddy Street, **WEST MAMBALAM** - ✆ 2471 0109
30, 4th Main Road, **NANGANALLUR** - ✆ 2224 5191

- Fresh Butter
- Pure Ghee
- Cow Ghee
- Pooja Items
- Sharadha Appalam

புது விய வருடம் பஞ்சாங்கம் அனைத்தும் கிடைக்கும்

உடல் எடை குறைக்க சுகர் - மூலிகை சிகிச்சை

உடல் எடை குறைக்க: வீட்டில் இருந்தால் ஒரு மாதத்தில் 15 கிலோ வரை / இங்கு தங்கினால் 12-நாளில் 10 கிலோ வரை குறைகிறது. உடலில் உள்ள, அழுக்குகள், துர்நீர் வெளியேறுவதால் உடல் எடை குறைகிறது. அப்போது அல்சர்,பிரசர், முழங்கால் வலி, தலைவலி, மாதவிடாய் பிரச்சனைகள் போன்ற மற்ற நோய்களும் தொந்தரவுகளும் இயற்கை முறையில் பாதுகாப்பாக பெருமளவு குணமாகின்றன. பலருக்கு ஒரே வாரத்தில் எடை குறைவது நன்கு தெரியும் இரண்டாம் மாதத்திலிருந்து மேலும் மேலும் எடை குறைவதோடு உடல் அளவும் (SIZE) வேகமாக குறைந்து உடல் நன்கு இறுகும், பலமும் அழகும் அதிகரிக்கும்.

உடலிலுள்ள கொழுப்பு , ஊளைச் சதை போன்றவை நீங்குவதால் பெண்களுக்கு கருத்தரிக்கும் வாய்ப்பு மிகவும் பிரகாசமடையும். ஆண்களுக்கு நேரம், பலம் திறன், உறுதி ஆகியவை நன்கு மேம்பட்டு முன்பு எப்போதும் இல்லாத அளவிற்கு தாம்பத்திய உறவு சிறப்படையும்.

உடலின் இயற்கையான இயக்கத்தின் மூலம் அழுக்குகள் வெளியேற்றப்படுவதால் எவ்வித பின்/பக்க விளைவுகள் ஏற்படுவதில்லை. ஒரு மாத மருந்து ரூ.1100/- முதல் ஐந்து விலைகளில் கிடைக்கும். போனில் முகவரி தெரிவித்து V.P.P.மூலமாகவும், நேரிலும் மருந்துகளைப் பெறலாம்.

சுகர்: உடல்நிலையைப் பொறுத்து நிறையப் பேருக்கு ஒரு மாதத்திற்குள் நார்மலாகிவிடும் வாய்ப்புள்ளது. பின்பு எமது மூலிகை மருந்துடன் எளிய உணவுமுறையில் வாழ்நாள் முழுவதும் பக்க / பின் விளைவுகளின்றி சுகரை நன்கு கட்டுப்படுத்தலாம். பூரண ஆரோக்கியத்தைத் திரும்பப்பெறலாம்.

எமது மூலிகை மருத்துவத்தில் எந்த தொந்தரவுக்காக சிகிச்சை பெற்றாலும் மொத்த உடல் ஆரோக்கியமே மேம்படும். பசி, தூக்கம் ஒழுங்காகும். அல்சர், கேஸ்ட்ரபுள் போன்றவை நீங்கும். முடி உதிர்வது , முகப்பருக்கள் குணமாகும். இரத்தம் சுத்தமாகும். நோய் எதிர்ப்பு சக்தி அதிகரிக்கும். மேலும் முழங்கால் நீர்க்கட்டு, உடல் வலிகள், வயிற்றுக் கோளாறுகள் ஆண்மைக் குறைவு கேன்சர் உட்பட, உணவு சாப்பிட்டு நடமாடும் நிலையில் உள்ளவர்களின் எல்லா நோய்களுக்கும் **Dr.M.முத்துக்குமார்** B.Sc., DNYS, DEMS, இயற்கை மருத்துவ இல்லம் (பதிவு). 40-அனுமன் கோவில் வீதி, கோபிசெட்டிபாளையம் - 638 452, ஈரோடு (Dt) போன்: (04285) 228957 செல் : 93 6020 9393 . www.natureclinic.net *e-mail* : natureclinic@gmail.com

பெண்களுக்கு ஏற்ற வேலை ஒன்று உண்டென்றால் அது பப்ளிக் ரிலேஷன் ஆபீஸர் வேலை தான் என்று அடித்துச் சொல்கிறார். இத்துறையில் பழம் தின்று கொட்டை போட்டிருக்கும் மூத்த முதல்வர் திருமதி சந்தியா ஆனந்த். முதல்வரா? ஆம், ஆங்கில - தமிழ் அகராதியில் பப்ளிக் ரிலேஷன் ஆஃபீஸரின் தமிழாக்கம் : 'பொது மக்கள் தொடர்புத் துறை முதல்வர்.'

ஆக, இந்த முதல்வர்களாகப் பதவி யேற்க பெண்களைத் தவிர வேறு யாருக் குத் தகுதி வேண்டும்? இன்னும் புரிய வில்லையா? வீட்டின் அரசி இவள். உறவுகளை வளர்க்கும் கலையரசி இவள்! அப்படிப்பட்ட அரசிக்கு இந்த முதல்வர் பதவி பாரமே இல்லையே?!

பொது மக்கள் தொடர்புத் துறை என்பது ஒரு ஆர்கனைசேஷனுக் கும் மக்களுக்கும் பாலமாகச் செயல்படுவது. மக்களுக்கு நடப்பு விஷயங்களைக் கொண்டு செல்வது. கம்பெனிகளுக்குப் பல பிரிவுகளில் சேவை செய்வது - ஊடகங்களுக்குச் செய்தி அளிப்பது, மேலும் தொழிலாளர்கள், முதலீட்டா ளர்கள், வாடிக்கையாளர்கள், பங்கு தாரர்கள் போன்றவர்களுடன் சுமூக உறவு ஏற்படுத்துவது. அதே போல குடும்ப விழாக்கள், அலுவலக பார்ட்டி கள், பொருட்களை விளம்பரப்படுத்து வது என்று பல பிரிவுகளில் பீ.ஆருக்கு முக்கியப் பங்குண்டு. மொத்தத்தில் மக்களை வளைத்துப் போடும் துறை இது!

சரி, இத்துறையில் பெண்கள் கால் பதிக்க என்னென்ன தேவை? சந்தியா விடமே கேட்டோம்.

மக்களை வளைத்துப் போடும் துறை!



• சந்தியா

கோதுமை சேவை!



கோதுமை மாவை சூடான வெறும் வாணலியில் வறுத்து நன்றாக ஆறினபின் உப்புப் போட்டு பிசைந்து முறுக்குப் பிழியும் அச்சில் பிழிந்து இட்லி தட்டில் வைத்து ஆவியில் வேகவைக்க வேண்டும். இந்த கோதுமை சேவையை சாதாரண சேவை செய்வது போல எலுமிச்சை, தேங்காய் போட்டு செய்யலாம். வெறும் கோதுமை சேவையை மோர்க் குழம்பு, அவியல் அல்லது தயிருடனும் தொட்டுக் கொண்டு சாப்பிடலாம். நீரிழிவு நோய் உள்ளவர்களுக்கு மிகவும் நல்லது. கேழ்வரகு மாவிலும் இதே போல் செய்யலாம். இது ஒரு ஆரோக்கியமான உணவு.

- அகிலா பஞ்சாபகேசன்.

''ஒரு பெண்ணுக்கு இயற்கையிலேயே உறவுகளை வளர்க்கும் கலை உள்ளது. அதாவது அவள் வளர்ந்து கல்யாணம் ஆகி புகுந்த வீடு சென்று அங்குள்ள உறவுகளைப் புரிந்து, கட்டிக் காத்து இப்படித் தன் வேர்களைப் பதித்துக் கொள்கிறாள். மேலும் பெண்களுக்கு இயற்கையாகவே பொறுமைக் குணமும் உண்டு. இல்லையென்றால் தாயாவது எப்படி? அதே போல் பேச்சுத் திறமை. கணவன் என்றாலும், குழந்தையென்றாலும் இல்லை வேறு நபராக இருந்தாலும் பொறுமையாக ஒரு விஷயத்தைப் பக்குவமாக எடுத்துச் சொல்லி புரியவைத்து அரவணைத்துப் போகும் குணமும் கொண்டவள்.

இத்தகைய சிறப்புடைய பெண்களே இத்துறைக்கு ஏற்ற கண்மணிகள்!''

சரி, இதெல்லாம் இயற்கை தந்த வரம். படிப்பு?

''முன்பெல்லாம் அதாவது இருபது வருடங்களுக்கு முன்பு இத்துறைக்கு பிரத்யேக படிப்பெல்லாம் கிடையாது. பெரிய பெரிய கம்பெனிகளுக்கு ஒரு பத்திரிகைக் குறிப்பு வெளியிடுவது அல்லது விளம்பரம் வெளியிடுவது போன்ற பல வேலைகளை விளம்பர ஏஜென்ஸி நிறுவனங்களே ஏற்றுச் செய்து வந்தன.

அப்ப இருந்த பீ.ஆர். வேலை என்பது டிக்கெட் முன்பதிவு செய்வது, பயணங்களை ஏற்பாடு செய்வது, விழாக்களை நடத்துவது இப்படி சிற்சில வேலைகளுடன் முடிந்து விடும்.

பிறகு மக்களிடையே பங்குச்சந்தை விழிப்புணர்வு வந்தது. இந்தக் காலம் தான் பீ.ஆர். வேலையின் உச்சகட்டம் என்று சொல்லலாம்.

பங்கு பத்திரங்களின் பட்டியல் தயாரிப்பது, பங்குதாரர்களின் கூட்டங்களை ஏற்பாடு செய்வது, மேலும் பங்கு வளர்ச்சிக்கு வித்திடுவது என்று பீ.ஆர். வேலைகளும் வளர்ந்தன.

மக்கள் தொடர்புத் துறை அதிகாரி என்பவர் ஒரு கம்பெனிக்கு மூன்றாம் நபராவர். கம்பெனியின் . வளர்ச்சியில் முக்கியப் பங்காற்றும் இவர் பன்முகங்களைக் கொண்டு வேலை செய்ய வேண்டும்.

நான், பத்து வருடங்களுக்கு முன்பு வெறும் ஹோட்டல் மேனேஜ்மென்ட் டிகிரியை வைத்துக் கொண்டு இத்தகைய பீ.ஆர். வேலைக்கு நேர்முகத் தேர்வுக்கு சென்ற பொழுது 'ஏன் இந்த வேலையைத் தேர்ந்தெடுத்தீர்கள்?' என்ற கேள்வி எழுந்தது. 'கத்துக்கறதுக்கு ஆர்வ

“பைபாஸ் அறுவை சிகிச்சைக்கு மாற்று உண்டா?”

Oxymed Hospital

Chennai's first non-surgical treatment center for heart problems.

மாரடைப்பு, நெஞ்சுவலி போன்ற இதய நோய்களுக்கு ஆஞ்சியோப்ளாஸ்டியும் பைபாஸ் சர்ஜரியும் மட்டுமே தீர்வுகள் என்று நினைக்கிறீர்களா? ஓஸோன் மற்றும் கிலேஷன் சிகிச்சைகள் மூலம் நிவாரணம் பெறுவீர்! இதயம் சம்பந்தமான நோய்களுக்கு இத்தகைய சிகிச்சைகள் குணமளிப்பது நிரூபணம் செய்யப்பட்டு, உலகில் 24 நாடுகளில் பின்பற்றப் படுகிறது. Arthritis, Parkinson, Cancer, Gangrene, Foot ulcer and erectile dysfunction போன்ற நோய்களுக்கு பூரண குணமளிக்கிறது. உங்களுக்கும் இந்த சிகிச்சை முறைகள் பற்றி அறிய ஆவலா? உடனே எங்களைத் தொடர்பு கொள்ளுங்களேன். **அறுவை சிகிச்சையில்லை, வலி இல்லை, நீண்ட நாள் மருந்துகள் இல்லை.** ஆனால் உங்கள் பிரச்சினைகளுக்கு தீர்வுகள் மட்டும் கட்டாயம் உண்டு!



Chief Doctor: B. Ayaz Akber. M.D., A.M (Italy), DAC, MACCG, C.O.T (Canada)
Consultant - Chelation & Bio Oxidative Therapy

Dr. Jothimani, MBBS, D.A., Dr. P. Sukumar, MD., DD.,
Dr. Subramaniam, MBBS., MD., SCCB (USA).,

Timing: Week days 9 a.m. to 6 p.m.

Chennai: *6, 4th Floor, Kalyan Hospital Building*
First Main Road, Kasthurba Nagar, Adyar
Chennai - 600 020. ***Ph.: 044 2445 2753, 2445 4869***

Erode: *H-94, 5th Main Road,*
Periyar Nagar, Erode - 638 001. ***Ph: 0424 3957999***

Bangalore: *Domulur :* ***080 25358856,***
Jaynagar : ***080 26533573, 30938732.***

OXYMED HOSPITAL
PRIVATE LIMITED
CLOSE TO YOUR HEART

மாக இருக்கிறேன்' என்கிற என் பதிலைக் கேட்டே இத்துறைக்கு என்னைத் தேர்ந்தெடுத்தார்கள்.

ஆக இவ் வேலைக்கு ஆர்வமும் முக்கியம். மேலும் பொது அறிவுத் திறன். நாட்டு நடப்புகளை, உலக விஷயங்களைச் சுடச்சுட அறிந்திருப்பது இவையெல்லாம் கூடுதல் திறமைகளாகக் கருதப்படுகின்றன.

அதே போல் அந்தந்த மாநில மொழி அறிவு, மக்களின் கலாசாரம், பண்பாடு போன்றவற்றிலும் தேர்ந்த நிபுணத்துவம் பெற்றிருக்க வேண்டும்.

ஒருமுறை ஒரு மருத்துவ இணைய தளத்திற்கு பீ.ஆர். வேலை செய்ய வேண்டியிருந்தது. அதில் அறிவித்திருந்த இன்ஷுரன்ஸ் பாலிஸி சலுகைகள் மூலம் இங்கு சென்னையில் ஒரு குடும்பத்தில் ஏற்பட்ட பேரிழப்புக்கு உடனடியாகப் பணம் பெறச் செய்தோம். இந்த நிதி அக் குடும்ப உறுப்பினர்களுக்கு பெரும் உதவியாக அமைந்தது. இச் சம்பவத்தை அந்த மருத்துவ இணையதளம் தனது கம்பெனி வளர்ச்சிக்கு விளம்பரமாக எடுத்துக் கொள்ள ஆசைப்பட்டது. உடனே நாங்கள் இதை மறுத்து விட்டோம். ஏனெனில் ஒரு குடும்பத்தின் துக்கத்தைக் காசாக்குவதைத் தமிழர்கள் விரும்ப மாட்டார்கள். அது அந்தக் கம்பெனிக்கு நெகடிவ்வாக அமைந்துவிடும் என்றோம். ஆக பீ.ஆர். பண்ணுகிறவர்கள் மக்களின் மனசைப் படித்தவர்களாகவும் இருக்க வேண்டும்.

இன்று பீ.ஆருக்கென்று ஒவ்வொரு பல்கலைக்கழகத்திலும் தனி படிப்பே இருக்கிறது. மேலும் முத்ரா ஸ்கூல்ஸ், ஏஷியன் காலேஜ் ஆஃப் ஜர்னலிஸம் போன்ற அமைப்புகளில் தனி படிப்பாக இத்துறைக்கு அங்கீகாரம் தரப்பட்டுள்ளது.

எழுத்துத் திறமை, பேச்சுத் திறமை, மொழித் திறமை உள்ளவர்களுக்கு இத் துறையில் வேலை வாய்ப்பு கொட்டிக் கிடக்கிறது!" என்கிறார் சந்தியா.

எழுத்தாளர், பத்திரிகையாளர், விற்பனை மேலாளர், பேச்சாளர் என்று யாவருக்குமே இத் துறையில் முன்வர வாய்ப்புகள் இருக்கின்றன. கம்பெனிகள் மட்டுமல்ல இன்று ஒவ்வொரு கட்சியிலும், கல்லூரிகளிலும் ஏன் சமூக அமைப்புகளிலும் கூட மக்கள் தொடர்புத் துறை என்று தனியாக வைத்துச் செயல்படுத்தப்படுகிறது. சம்பளமும், கௌரவமும் அதிகம் நிறைந்த இத்துறை இன்றைய இளம் தலைமுறையினருக்கு ஒரு காமதேனு தான்!

- சாந்தி ரங்கராஜன்



எப்போதும் புதிதாக....

பட்டாணி மலிவாகக் கிடைக்கும் இந்த சீசனில், பட்டாணியை வாங்கி, உரித்து, நன்கு கழுவி, கொதிக்கும் தண்ணீரில் ஒரு நிமிடம் போட்டு எடுத்து வைத்துக் கொள்ளுங்கள். நன்கு ஆறிய பிறகு ஜிப்-பவுச்சுக்கு மாற்றி ஃப்ரீசரில் வைத்து விடுங்கள். 4, 5 மாதங்களுக்கு இது பிரெஷ்ஷாக இருக்கும். வேண்டும்பொழுது தேவையான அளவு எடுத்து உபயோகிக்கலாம்.

- சந்த்ரிகா ஹர்ஷா.



சௌபாக்யா
ISO 9001:2000
CERTIFIED COMPANY
அருமையான சமையலின்
அஸ்திவாரம்
Sakthi
உங்கள்
புதிய தோழி !
maa
Shree
AdMark
Overseas outlet
Dubai:
Hadi Enterprises,
Ph: 00 97 1434 70310.
Canada:
All such Importers
Ph: 416 - 2694749.
Singapore:
Anacona Pte. Ltd
Singapore - 209 447.
Ph: 0065 - 63341566
Sri Lanka:
Good Value Distributors
(Easwaran Brothers)
Ph: 0094 - 1 - 2435842
SOWBAGHYA®
T. Nagar, Chennai -17. Ph: 28343547,
28342908. Fax: 52023926.
Erode: 638 011. Ph: 0424-2260245.
Bangalore: Ph: 080 - 25320627.
www.sowbaghya.com
E-mail: grind@sowbaghya.com
110 volts & 60 Hz available for USA & Canada
இல்லத்தரசிகளின் இனிய தோழி - சௌபாக்யா

ஆல்பம்



• ப்ரீத்தி (எ) மதுமித்ரா

• யோகேஷ்



• ஆர். ப்ரீதிவர்தன்



தாத்தா : வி.எஸ். சுதர்சனம்
பாட்டி : எஸ். ரமணி

என் செல்லமே!



தாத்தா : தியாகராஜன்
பாட்டி : லலிதா



• சபரீஷ்

தாத்தா : வெங்கட்ராமன்
பாட்டி : சியாமளா



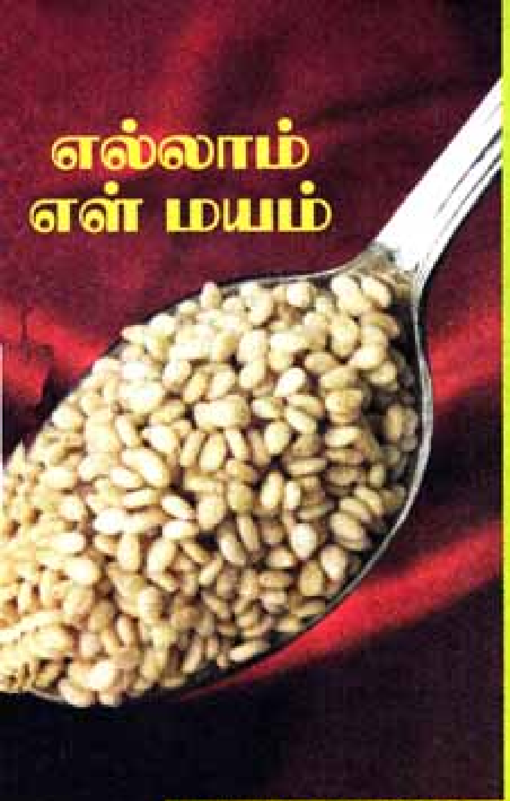
• ஜனனி

தாத்தா : வி. பெருமாள்
பாட்டி : மஹாலக்ஷ்மி



• ப்ரேம் ப்ரதீப்

தாத்தா : டி.ஆர். தியாகராஜன்
பாட்டி : ஆர். ராதா





HEALTH TIPS

எள்ளின் சிறப்புகள்

- உலகின் மிக உயர்ந்த அளவில் கால்ஷியம் (Calcium) நிறைந்த உணவுப் பொருட்களுள் ஒன்றாக எள் இடம் பெறுகிறது.
- எள்ளில் இரும்புச் சத்து, பாஸ்பரஸ், ஜின்க் (zinc), வைட்டமின் B1, கால்ஷியம் (Calcium), மக்னீஷியம் (Magnesium), புரோட்டீன் (Protein) ஆகியவை அடங்கியுள்ளன.
- எள்ளில் அடங்கியுள்ள கால்ஷியம், புற்று நோய் (Cancer)க்குக் காரணமான ரசாயனங்களில் இருந்து பெருங்குடல் செல்களைப் பாது காக்கிறது.
- மைக்ரேன் தலைவலி அவதியைப் போக்குகிறது.
- பெண்களுக்கு மாதவிடாய் நிற்கும் (Menopause) சமயத்தில் ஏற்படும் எலும்புத் தேய்மானத்தைக் குறைக்கிறது.

- குழந்தைக்குப் பால் கொடுக்கும் தாய்மார் களுக்குப் பால் அதிக அளவில் சுரப்பதற்கும் உதவி செய்கிறது.
- ஆஸ்துமா உள்ளவர்களுக்கு சுவாசத் தடையை நீக்குகிறது.
- எள்ளில் உள்ள மக்னீஷியம் (Magnesium), உயர் இரத்த அழுத்தத்தைக் குறைக்கிறது.
- நரம்பு மண்டலத்தை உறுதியாக வைத்திருக்க உதவுகிறது.
- நோய் எதிர்ப்புச் சக்தியையும் அளிக்கிறது.
- அசைவ உணவு உட்கொள்ளாத வளரும் குழந்தைகளுக்கு எள்ளில் உள்ள புரோட்டீன் நல்ல பலன் அளிக்கும்.
- எள்ளில் உள்ள உயர்ந்த இரும்புச் சத்து, அனீமியா எனப்படும் இரத்தச் சோகையை நீக்குகிறது.

LEKHA

V.V.V. & SONS VIRUDHUNAGAR - 626 001.

உறவுகள் பலப்பட...

இனிய

மேற்கத்திய நாட்டு தம்பதி பற்றி ஒரு கதை உண்டு... தங்களது ஐம்பதாவது ஆண்டு திருமண நாளை பொன் விழாவாகக் கொண்டாடினர் அந்த அமெரிக்கத் தம்பதியினர்... அனைவருக்கும் ஒரே வியப்பு... அவர்களை வாழ்த்தி விட்டுக் கேட்டார்கள்...

"இத்தனை வருடம் ஒற்றுமையாய்ச் சேர்ந்து வாழ்ந்து வருகிறீர்கள்... அதன் ரகசியம் என்ன...?"

கணவர் தன் வழுக்கைத் தலையைத் தடவியபடியே சொன்னார்...

"அதைச் சொல்வதானால் நான் எங்கள் தேனிலவு நாட்களைச் சொல்ல வேண்டும்... அப்போது ஒரு நாள் இருவரும் உல்லாசமாக ஆளுக்கொரு குதிரையில் சவாரி செய்து கொண்டிருந்தோம். அவள் சென்ற குதிரை ஒருமுறை சண்டித்தனம் செய்தது.

'ஓ.கே. முதல் முறை மக்கர் செய்கிறாய்... உன்னை மன்னித்தேன்' என்று குதிரையிடம் சொன்னாள் என் மனைவி.

சற்று தூரம் போனதும் மறுபடியும் அது சண்டித்தனம் செய்தது...

'ஓ.கே. இரண்டாம் முறையும் உன்னை மன்னிக்கிறேன். போ' என்றாள் என் மனைவி.

சற்று தூரம் போனதும், மறுபடியும் குதிரை சண்டித்தனம் செய்ய, துப்பாக்கி எடுத்து அதைச் சுட்டு விட்டாள் அவள்...

எனக்குப் பயங்கரமாகக் கோபம் வந்து விட்டது.

'என்ன காரியம் செய்து விட்டாய்...?' என்று என் மனைவியிடம் எகிறினேன்.

அவள் என்னை ஏறிட்டுப் பார்த்து, 'ஓ.கே.. முதல் முறையாக மக்கர் செய்கிறீர்கள் உங்களை மன்னித்தேன்' என்றாள். அப்புறம் இதுவரை நான் வாயே திறக்கவில்லை" என்றார்!

கணவன் மனைவிக்காகச் சொல்லப்பட்ட நகைச்சுவைக் கதை இது!

நம் நாட்டைப் பொறுத்தவரை, குடும்ப வாழ்க்கைக்கு சமுதாயம், குழந்தைகள் என்று தன் கூட்டுக்குள் அடங்கிப் போகும் தம்பதியர் பலர் உண்டு... ஆனால் மேலைநாடுகளில் 'விட்டுக் கொடுத்தல்' என்பது ஒரே பக்கமாகவே போய் விடுகிறது... அந்த 'இன்னொரு பக்கத்து'க்கு தெரியாது. 'விட்டுக் கொடுத்தலின் சுகம்' என்ன என்று...

ஒருவருக்கொருவர் விட்டுக் கொடுத்தலின்போது ஏற்படும் சந்தோஷத்தை விடச் சிறந்தது ஏதாவது உண்டா?

இத் தொடர் இளம் திருமண ஜோடிகளுக்கு ஒரு வாழ்க்கை வழிகாட்டி! மணவாழ்க்கை கையேடு! ஆம், இல்லறத்தில் இனிமை காண என்னவெல்லாம் செய்ய வேண்டும்? உறவுகள் பலப்பட எப்படி வாழ வேண்டும்? இவற்றையெல்லாம் சொல்லப் போகிறார்கள் இங்கு இடம்பெறப் போகும் பல இனிய தம்பதியினர்! ஆங்கிலத்தில் சொல்வார்களே 'மேட் ஃபார் ஈச் அதர்' என்று. அது போல் வாழ்ந்து காட்டும் பல இனிய தம்பதியரை இனி சந்திப்போம்!

வெளிநாட்டு வங்கி ஒன்றில் மிக உயர்ந்த பதவியில் இருந்தவர் உஷா ராமகிருஷ்ணன். அவர் கணவருக்கு நல்ல கம்பெனியில் உயர்ந்த பதவிதான். ஆனால் அடிக்கடி மாற்றல் வரும் வேலை. தோழிக்கு முயற்சி செய் தும் அவர் இருக்கும் இடத்துக்கு மாற்றல் கிடைக்கவில்லை... குடும்பத்தை, கணவரை விட்டுப் பிரிந்து இருக்க முடியாமல், லட்சக்கணக்கில் ஊதியம் வந்த வேலையை விட்டு விட்டார். ஆனால் அதைக் குறையாக நினைக்கவில்லை உஷா...

இன்று ஆக்கப்பூர்வமாக, இலக்கியத் துறையில் தன்னை வளர்த்துக் கொண்டு வருகிறார்...

இப்படி ஏகப்பட்ட உதாரணங்களைச் சொல்லலாம். அப்படிப்பட்ட உதாரணங்களை இனி நாம் ஒவ்வோர் இதழிலும் சந்திக்கப் போகிறோம்.

முதன் முதலாக :

ஒரே துறையில் இருக்கும் இந்தத் தம்பதியர் என்ன சொல்கிறார்கள்?

டாக்டர். என். சுகுமார் அவரது மனைவி டாக்டர் திருமதி ஷீலா சுகுமார் இருவரும்...

அவர்களைச் சந்தித்தபோது...

"நாங்கள் இருவரும் மருத்துவர்களாக இருப்பதால் ஒருவருக்கொருவர் உதவியாக இருக்கிறோம்... அவர் பேஷண்ட்களைக் கவனிக்கும் போது ஏதாவது எமர்ஜென்ஸி கேஸ் வந்தால் நான் கவனிப்பேன்... அதே போல நான் பிஸியாக இருந்தால் அவர் கவனிப்பார்..."

"எப்பப் பார்த்தாலும் ஆபீசே கதியாக் கிடக்கிங்களே... என்று சாதாரண மனைவி போல சண்டை போட வாய்ப்பில்லை..." என்று சிரிக்கிறார் டாக்டர் ஷீலா.

"ஒரே துறையில் இருப்பதால்

தம்பதி!







• ஷீலா - குமார்

• உஷா - ராஜேந்திரன்

படம் : ஸ்ரீஹரி

ஒருவர் மனநிலையை மற்றவர் புரிந்து கொள்ள முடிகிறது... வெற்றி, தோல்வி களைச் சரியாக ஏற்றுக் கொள்ளும் மனப் பக்குவமும் ஏற்படுகிறது..." என்கிறார்கள் இருவரும்...

சரி, இதில் பிரச்னைகள் என்று வருவதில்லையா...? டாக்டர் ஷீலா சொன்னார்...

"என் தோழி ஒருத்தி வெளிநாட்டில் மகப்பேறு மருத்துவராக இருக்கிறாள்... அவளது கணவர் ஒரு என்ஜீனியர்... மாலை வேளைகளில் அவர் வீட்டில் தங்கி குடும்பத்தைப் பார்த்துக் கொள் வதால் அவளால் இரவு பகல் எந்நேரமும் மருத்துவப் பணியில் ஈடுபட முடிகிறது... அப்படி நாங்கள் இருவருமே மருத்துவப் பணியில் முழுமையாக ஈடுபட்டால் குடும்பத்தை யார் பார்ப்பது? எங்களுக்கு இரண்டு மகன்கள்... இருதய மருத்துவப் பணியில் அவர் முழுமையாகப் பணியாற் றட்டும் என்று நான் என் வேலைகளைக் குறைத்துக் கொண்டு குடும்பத்தைக் கவனிக்கிறேன்... முதலில் நானும் பல வரு டங்கள் மகப்பேறு மருத்துவத்தில் இருந்த வள்தான்... இப்போது குடும்பத்துக்காகக் கொஞ்சம் தியாகம் செய்கிறேன்."

இந்த ஆதர்ச தம்பதியினர் போல ஒரே துறையில் இருக்கும் இன்னொரு தம்பதி **திரு ராஜேந்திரன் - லதா ராஜேந்திரன்.**

சொந்தமாக கன்சல்டன்சி நடத்தி வரும் இவர்களைச் சந்தித்தபோது...

"எங்கள் ஆபீஸில் நிதி நிர்வாகத்தை நான் கவனித்துக் கொள்கிறேன்.. இதனால் வெளியாட்களை நம்பி ஏமாற வேண்டிய இல்லை.. தவிர வாடிக்கையாளர்கள் எங்களை அணுகும் போது முதலில் அவர் களுக்குத் தேவையானவற்றை அவரே செய்து விடுவார். பின்னர் ஃபாலோ-அப் வேலைகளை நான் பார்த்துக் கொண்டு விடுவேன்... இதனால் இருவருக்கும் வேலை எளிதாகி விடுகிறது.. தவிர அவர் வெளியூர் செல்லும் போது ஆபீஸ் வேலைகளைப் பொறுப்பாக நான் பார்த் துக் கொள்கிறேன்..." என்கிறார் லதா மிகவும் தன்னம்பிக்கையுடன்.

பிரச்னைகளைப் பற்றிக் கேட்டால், வீட்டில் ஆரம்பிக்கும் சண்டைகள் ஆபீஸிலும் தொடருவதாக வேடிக்கையா கக் குறிப்பிடுகிறார். "ஆபீஸில் நான் செய் யும் தவறுகளுக்கு நல்லவேளை வீட்டில் வந்துதான் டோஸ் கொடுப்பார்."

"இருந்தாலும் ஒரே துறையில் இருப்ப தால் பிரச்னைகளை விட வசதிகள் அதிகம்'' என்கிறார் திருமதி லதா ராஜேந்திரன்.

துறைகள் என்னவாக இருந்தால் என்ன?

தற்போதைய குடும்பச் சூழ்நிலையில் கணவன் - மனைவி இருவரும் எப்படி ஒருவருக்கொருவர் விட்டுக் கொடுத்து குடும்பத்தைத் திறம்பட நிர்வகிக்கிறார்கள் என்பதுதான் முக்கியம். அப்படிப்பட்ட மூத்த தம்பதியர் 'உறவுகள் பலப்பட' தாங்கள் எப்படி எப்படி வாழ்ந்தார்கள், வாழ்கிறார்கள், வாழ்வார்கள் என்பதை மேலும் அலசுவோம்!

- பத்மினி பட்டாபிராமன்

(உறவுகள் தொடரும்)

திருவண்ணாமலை வட்டாரத்தில் 'மாதவிலக்கு' உள்ளவர்கள் மிளகாய் நாற்று நட்டால் விளைச்சல் அமோகமாக இருக்கும் - செடியில் பூச்சி வராது என்ற நம்பிக்கையாம். அதற்காக, 'அந்த மாதிரி நாட்களில்' ஒரு நாளைக்கேனும் நிலத்திற்கு வந்து நாற்று நட்டுத் தரும்படி மிளகாய் பயிர் செய்யும் விவசாயிகள் வேண்டி நிற்பார்களாம்.

- நிர்மலா மாத்ருபூதம்.


Our jewelry comes at a SMALL PRICE
NARAYANA™
pearls & gems
MAIN SHOW ROOMS
KASI ARCADE,
Next to GRT Hotel,
116 Thyagaraya Road,
T.Nagar, Chennai - 17,
Phone : 044 - 2815 3457 / 5624
PONDY BAZAAR
Fathima Plaza
T.Nagar,
Chennai -17
Phone: 044 - 2815 5094 / 3660
ADYAR
57, L.B. Road,
Chennai - 20
Phone: 044 - 2446 2592
(Opp. Ganapathi Ram Theatre)
VADAPALANI
I st Floor, Raahat Plaza,
Arcot Road, Chennai - 26
Phone: 044 - 5514 5092
(Near Vadapalani Bus Terminus)
NUNGAMBAKKAM
Eldorado Building,
G9 - Groud Floor,
N.H.Road, Chennai - 34
Phone: 044 - 5218 1463

ESTD : 1959 — ஸ்ரீ குரு ராகவேந்திராய நமஹ — Phone : 28444538, 28442850

புனித யாத்திரை — **47 வருட அனுபவமுள்ள ஸ்தாபனம்**

ஸ்தாபகர் : **வி.சுப்பாராவ்** உரிமையாளர் : **எஸ்.பத்ரி.** செல் : 9444019151

25.02.06	4 நாட்கள் கொண்ட மந்திராலய யாத்திரை நெல்லூர், ஸ்ரீசைலம், மந்திராலயம், மகாநந்தி, அஹோபிலம் ஆகியன. கட்டணம் ரூ.**1,700/-** (புஷ் பேக் 2 x 2 சீட்)
04.03.06	14 நாட்கள் கொண்ட மஹாராஷ்டிரா யாத்திரை. மும்பை, நாசிக், ஷீர்டி, எல்லோரா, பண்டரிபூர், பீமாசங்கர், மகாகாளேஸ்வர், ஓங்காரேஸ்வர் ஆகியவை. கட்டணம் ரூ.**6,850/-**
11.02.06 **05.04.06**	14 நாட்கள் கொண்ட பஞ்சதுவாரகா யாத்திரை. அகமதாபாத், டாக்கூர்துவாரகா, துவாரகா ஆகியன கட்டணம் ரூ.**6,800/-** (மேலும் பல இடங்கள்)
20.02.06	8 நாட்கள் மட்டும் கொண்ட காசி யாத்திரை. காசி, கயா, அலகாபாத். கட்டணம் ரூ.**4,200**
28.02.06 **20.04.06**	12 நாட்கள் கொண்ட காசி யாத்திரை. பூரி, புவனேஸ்வர், கோனார்க், காசி, கயா, அலகாபாத், அயோத்தியா, நைமிசாரண்யம் ஆகியன. கட்டணம் ரூ.**5,800/-**
06.03.06	15 நாட்கள் கொண்ட முக்திநாத் யாத்திரை. காசி, கயா, பொக்கரா, முக்திநாத் ஆகியன கட்டணம் ரூ.**8,500/-** (ஹெலிகாப்டர் கட்டணம் தனி 8,500 ரூபாய்)
21.04.06	30 நாட்கள் கொண்ட 12 ஜோதிர்லிங்க சம்பூர்ணயாத்திரை. மும்பை, இராமேஸ்வரம் ஆகியன. கட்டணம் ரூபாய் ரூ.**14,000/-** (மேலும் பல இடங்கள்)
24.04.06	15 நாட்கள் கொண்ட சிம்லா டூர். சிம்லா, குலு மணாலி, டெல்லி, மணிக்கர், ஆக்ரா, மதுரா, அமிர்சர் ஜொலாமுகி, வைஷ்ணவதேவி ஆகியன. கட்டணம் ரூ.**8,500/-**
03.05.06 **03.06.06** **01.09.06**	12 & 22 நாட்கள் கொண்ட காசி & பத்ரி யாத்திரை. பூரி, புவனேஸ்வர், கோனார்க், காசி, கயா, டெல்லி, ஆக்ரா, மதுரா ஆகியன. கட்டணம் ரூ.**5,800/-** (12 நாட்கள் மட்டும்). ரூ.**9,000/-** (22 நாட்கள் மட்டும்). (மேலும் பல இடங்கள்)

60 நாட்களுக்கு முன்பு ரயில்வே டிக்கெட் ரிசர்வேஷன் செய்யப்படும்.

மேலும் விவரங்களுக்கு: **ஸ்ரீ விஜயா டிராவல் சர்வீஸ்**

Old No.29, New No.18, ஆரிமுத்து ஆசாரி தெரு, திருவல்லிக்கேணி, சென்னை - 5. ✆ : 28444538, 28442850 Cell : 9444019151

அனைவருக்கும் புத்தாண்டு & பொங்கல் நல்வாழ்த்துக்கள்

அடுக்குமாடி குடியிருப்புகள் விற்பனைக்கு



ஸ்ரீ அகிலாண்டேஸ்வரி கார்டன்ஸ்

DTP No.44/2003

மேலூர் ரோடு, ஸ்ரீரங்கம்,

திருச்சி – 6.

ஒன்று, இரண்டு & மூன்று படுக்கையறை வீடுகள்/உடன் குடிபுகும் நிலையில்

சிறப்பம்சங்கள்:

- ஸ்ரீரங்கம் பேருந்து நிலையத்திலிருந்து 10 நிமிட நடை தூரத்தில் மற்றும் 2 நிமிட நடை தூரத்தில் காவிரி ஆறு.
- 24 மணி நேர குடிநீர் வசதி, பாதாள சாக்கடை திட்டம், 3-பேஸ் மின் இணைப்பு உள்ளடங்கியது.
- நடுத்தர மக்களுக்கு ஏற்ற விலையில். சிறுவர் / சிறுமி விளையாட்டு இடம் மற்றும் புதிய கோவில்.
- தரைத்தளம் மற்றும் முதல் தளத்தில் குறைந்த வீடுகளே உள்ளன.
- DTP அங்கீகாரம் மற்றும் வங்கி கடன் வசதி உண்டு.
- வாடகைக்கும் சில வீடுகள் உள்ளன.

OTHER ONGOING PROJECT

SHRI NARAYANA HOMES

Sheshadripuram, Subramanipuram, Srirangam

S.K.V. ENGINEERING CONSTRUCTIONS

54-A, அம்மாமண்டபம் ரோடு, ஸ்ரீரங்கம், திருச்சி - 6.

Ph : 0431 - 2433132, 94431-44132

ஜோக்ஸ்!

கற்பனை, ஓவியம் : **ஸ்ரீகாந்த்**



"என்னமோ ஏதோன்னு பயந்து போயிட்டேன், நீ கூப்பிட்டதைப் பார்த்து. 'புத்'தாண்டு வாழ்த்துன்னு' சொல்லி நல்லவேளை என் வயத்துல பால வார்த்தே!"

செய்தி : "சென்னையில் மழை வெள்ளம்! பாம்பு, ஊர்வன ஜந்துகளுக்குக் கொண்டாட்டம்!" ஸோ, இந்தப் பக்கம் ஸ்பெஷலாக 'பாம்பு'களுக்கு!



"மேல இருக்கிற 'போர்டை' பாத்தியோல்ல? அந்தப் பக்கம் தலைவச்சுக் கூட படுத்துக்காதே. வா போயிடலாம்!"



"என்னான்னே தெரியலை...? இப்படித்தான் டாக்டர்... ஒரு வாரமா சுருண்டு, சுருண்டு படுத்துக்கறான்! அதான் உங்ககிட்ட காட்டலாம்னு..."



"எதுக்கு இந்த மாதிரி 'போர்டுல' எழுதி வச்சிருக்கே?"
" 'எந்தப் புத்துல எந்த பாம்பு இருக்கும்னு யாருக்குத் தெரியும்னு' எல்லாம் பேசிக்கறதை கேட்டேன் அதுக்குத்தான்."



"என்ன பாக்குறீங்க? பாலை கண்டபடி புத்துல ஊத்திட்டுப் போயிடறீங்க. பாதி வேஸ்ட் ஆயிடுது. அதனாலதான் 'புனல்' வாங்கி வச்சிருக்கேன்! உங்களுக்காக!!

முத்து நாதர் கைலாஷ்

227, கீழஅடையவளஞ்சான் தெரு, ஸ்ரீரங்கம்.



ஸ்ரீரங்கத்தில்

- எல்லா நவீன வசதிகளுடன் கூடிய **2 Bed, 3 Bed Flats**
- வாஸ்து முறை
- தேக்கு முன் கதவு
- ஐதீக முறையிலே
- உள் அமைப்பு A/C Provision
- ரயில் நிலையம் அருகிலே !
- பால்கனியிலிருந்து ராஜகோபுரம் View !
- Power Cut Rescue வசதியுடன் நவீன லிப்ட்
- ராஜகோபுரத்தின் உட்பிரகாரத்திலே வீடு !

புக்கிங் நிறைவு பெறுகிறது

HDFC, SBI, IOB, NLC இவைகளில் லோன் Arrangement செய்யப்படுகிறது.

- **DTP APPROVAL NO. 130/2004**

சர்வசக்தி கன்ஸ்ட்ரக்சன்ஸ்

6-A, ஓம்சக்தி காம்ப்ளக்ஸ், சத்திரம் பேருந்து நிலையம், திருச்சி - 620 002.

Ph : 0431-2705227, Cell : 98424 - 21112

E-mail : saroling@sancharnet.in & mrajalingam@dataone.in website : www.sarvasakthiconstructions.com

ஜகத்குரு ஸ்ரீ ஆசார்ய சுவாமிகள் ஆசியுடனும் ஆக்ஞையின்படியும் கீழ்கண்ட யாத்திரைகளை அறிவிக்கிறோம்.

1. **11.2.2006** முதல் **1.3.2006** வரை டில்லி, ஹரித்துவார், ரிஷிகேஷ், காசி, கயா, அலகாபாத், அயோத்தியா, சித்ரகூடம், நைமிசாரண்யம், உள்ளிட்ட மகாசிவராத்திரி காசி யாத்திரை.
2. **23.2.2006** முதல் **10.3.2006** வரை காசி, கயா, அலகாபாத், அயோத்தியா, நைமிசாரண்யம், சித்திரகூடம், உள்ளிட்ட மகாசிவராத்திரி காசி யாத்திரை.
3. **20.3.2006** முதல் **31.3.2006** வரை காசி, கயா, அலகாபாத், உள்ளிட்ட திரிஸ்தலி யாத்திரை.
4. **20.3.2006** முதல் **10.4.2006** வரை காசி, கயா, நேபாளம், முக்திநாத் உள்ளிட்ட யாத்திரை.
5. **27.3.2006** முதல் **10.4.2006** வரை காசி, நேபாளம், முக்திநாத் உள்ளிட்ட யாத்திரை.
6. **16.4.2006** முதல் **28.4.2006** வரை சக்தி பீட ஸ்ரீ வைஷ்ணவதேவி யாத்திரை.
7. **04.5.2006** முதல் **17.5.2006** வரை பத்ரி, கேதார், டில்லி, ஹரித்துவார் யாத்திரை.
8. **27.5.2006** முதல் **7.6.2006** வரை காசி, கயா, அலகாபாத் யாத்திரை.
9. **24.6.2006** முதல் **6.7.2006** வரை சிம்மாசலம், பத்ராசலம், ஹைதராபாத், அன்னாவரம், மந்த்ராலயம், ஸ்ரீசைலம் உள்ளிட்ட ஆந்திரப் பிரதேச யாத்திரை.

குறிப்பு: - 1) எங்களுக்கு ஏஜெண்டுகள், கிளை அலுவலகங்கள் கிடையாது. 2) 60 நாட்கள் முன்னதாக டிக்கெட் ரிசர்வ் செய்ய வேண்டி இருப்பதால் அதற்கும் முன்னதாக ரிசர்வ் செய்து கொள்வது நல்லது. 3) சூப்பர் டீலக்ஸ் 2X2 பஸ்ஸில் செல்லும்போது எங்களிடம் ரிசர்வ் செய்துள்ள வரிசைப்படி சீட்டுகள் ஒதுக்கப்படும். 4) எங்கள் சார்ஜுகளில் ரயில், பஸ் சார்ஜுகள், ஆகாரம், தங்கும் ரூம் வாடகை, ஊர் சுற்றிப் பார்க்கும் செலவுகள் அனைத்தும் அடக்கம். 5) 60 வயது முடிந்த பெண்கள், ஆண்கள் அதற்கான அத்தாட்சியை உடன் கொண்டு வர வேண்டும்.

மேலும் விவரங்களுக்கு **ஸ்ரீ மஹாலக்ஷ்மி யாத்ரா சர்வீஸ்** (Regd)

1, பூகப் லேன், அருணாசல ஆசாரி தெரு, சேப்பாக்கம், சென்னை - 600 005

தொலைபேசி : ஆபீஸ் : 044 - 28516845, வீடு : 044-28516957



பெண்களுக்கான சட்ட ஆலோசனை



பதிலளிப்பவர் : வழக்கறிஞர் புஷ்பாரமணி



மற்றவர்களுக்குத் தெரிவிக்காமல் கணவன் - மனைவி சட்டப்படி பிரிந்து வாழ முடியுமா?

- பெயர் வெளியிட விரும்பாத வாசகி.

கண்டிப்பாக முடியும். கணவன் - மனைவி இருவரும், தங்கள் இருவருக்கும் சேர்ந்து வாழ்வதில் விருப்பமில்லை (இதில் மட்டும் ஒற்றுமையாம்) என்று கோர்ட்டில் மனுதாக்கல் செய்ய வேண்டும். குடும்பநல நீதிமன்றம் உள்ள ஊராக இருந்தால் அங்கு நேரடியாகச் சென்று தாக்கல் செய்யலாம். அல்லது அந்தந்த ஊரில் உள்ள நீதிமன்றத்தில் தாக்கல் செய்யலாம். 6 மாதங்களுக்குப் பிறகு இருவரும் நீதிபதி முன்பு ஆஜராகி தங்களது முடிவில் எந்தவித மாற்றமும் இல்லை என்பதை உறுதி செய்தால் அவர்களுக்கு விவாகரத்து கிடைத்து விடும். இந்த 6 மாத காலக்கெடு கொடுப்பது மனு செய்தவர்களின் மனம் மாறி ஒன்று சேர்வதற்கான வாய்ப்பைக் கொடுப்பதற்குத்தான். இதில் இருமுறை மட்டுமே கோர்ட்டுக்குப் போக வேண்டியிருக்கும். யாருக்கும் தெரிய வரவும் வாய்ப்பில்லை.

பெண்களுக்கு இருக்கும் சொத்துரிமை பற்றிய விளக்கம் தேவை.

அல்லி, கடலூர்.

ஆண்களைப் போலவே பெண்களுக்கும் குடும்பச் சொத்தில் சம உரிமை உண்டு. திருமணமானவர்களைப் பொறுத்தவரை அவர்களுக்கு 1956க்குப் பிறகு திருமணமாகியிருந்தால் அவர்களுக்கும் குடும்பச் சொத்தில் சம உரிமையுண்டு. திருமணத்திற்குச் செலவழித்து விட்டோம். அதனால் பெண்களுக்கு உரிமை கிடையாது என்ற வாதம் செல்லாது. கணவரின் குடும்பச் சொத்தில் மனைவிக்கு உரிமை கிடையாது. கணவர் இறந்து விட்டால், குழந்தைகள் மைனர்களாக இருந்தால், அவர்களுக்கு கார்டியனாக அந்தப் பெண் இருந்து கணவருடைய பங்கு சொத்தைப் பாதுகாத்து குழந்தைகள் மேஜரானதும் அவர்களிடம் ஒப்படைக்க வேண்டும். சுயசம்பாத்திய சொத்தாக இருந்தால் அது அவரவர் விருப்பத்தைப் பொறுத்தது. கணவர் சுயமாக சம்பாதித்த சொத்துக்களை உயில் எழுதி வைக்காமல் இறந்து விட்டால், மனைவி, குழந்தைகள் அனைவருக்கும் சம உரிமையுண்டு. பெண்களின் சீதனச் சட்டம் என்று ஒன்று உண்டு. இந்தச் சட்டப்படி பெண்களுக்கு சீதனமாக வரும் சொத்துக்கள்

அனுபவங்கள் பேசுகின்றன!



நாம் செல்போனில் பல தொலைபேசி எண்களைப் பதிவுசெய்து வைக்கிறோம். வெறும் பெயரை மட்டும் பதிவுசெய்யாமல், உறவு முறையையும் அடைப்புக் குறிக்குள் பதிவுசெய்வது நல்லது. (உம். - ரவி (கணவர்) 98.....) இது விபத்து போன்ற நிகழ்வுகளின் போது செல்போனுக்கு உரியவர் சுயநினைவில்லாத நிலையில், நெருங்கிய உறவினர்களுக்குத் தகவல் தெரிவிப்பது மற்றவர்களுக்கு எளிதாக இருக்கும்.

- பா. சேதுமாதவன்.

அவளுக்கு மட்டுமே சொந்தமானவை. அதில் கணவருக்கோ மற்றவர்களுக்கோ எந்த உரிமையும் கிடையாது. அந்தச் சொத்திலிருந்து வரும் வருமானமும் அவளுக்கு மட்டுமே உரிமையுடையது. அவள் விருப்பப்படி யாருக்கு வேண்டுமானாலும் கொடுக்கலாம். அது போலவே பெண்ணின் சுயசம்பாத்தியமும் அவளுக்கு மட்டுமே உரிமையுடையது.

தத்து கொடுக்கப்பட்ட பெண் 18 வயதுக்குப் பின் வளர்ப்பு பெற்றோருடன் வாழ விருப்பமில்லாவிட்டால் தனியாக வாழலாமா?

- சுதா, கோயம்புத்தூர்.

தாராளமாக விருப்பம் போல் தனது வாழ்க்கையை அமைத்துக் கொள்ளலாம். 18 வயது ஆகிவிட்டால், பெற்ற தாய் தந்தையராக இருந்தாலும் கூட அந்தப் பெண்ணின் விருப்பத்துக்கு மாறாகச் சட்டப்படி செயல்பட முடியாது. (இந்தச் சட்டத்தைத் தெரிந்து வைத்துக் கொண்டுதான் சிலர் தவறான முடிவுகளை எடுத்து வாழ்க்கையில் சிக்கலில் மாட்டிக் கொள்கிறார்கள்)

வாடகைக் கட்டுப்பாடு சட்டம் பற்றிய விளக்கம் தேவை.

கலையரசி, சிதம்பரம்.

குடியிருப்போர் சிலர் வீட்டைக் காலி செய்ய மறுப்பதால், தற்போது 11 மாதங்களுக்கு அக்ரிமெண்ட் போடும் முறை அதிகமாகக் காணப்படுகிறது. சட்டத்தில் வாடகைக்கு விடுவதும் குத்தகையாகத்தான் கருதப்படுகிறது. 1 வருடக் குத்தகை ஒப்பந்தம் என்றால் அது கண்டிப்பாக ரெஜிஸ்டர் செய்யப்பட வேண்டும். அதனால் தான் 11 மாதங்களுக்கு என்று அக்ரிமெண்ட் போடப்படுகிறது. 11 மாதங்கள் முடிந்து மீண்டும் அடுத்த 11 மாதங்களுக்கு அக்ரிமெண்ட் போட்டுக் கொள்ளலாம். வீட்டுச் சொந்தக்காரர்களுக்கு வீடு தேவைப்பட்டாலோ, அல்லது வீட்டு வாடகை அதிகரிக்க வேண்டுமென்றாலோ சட்டப்படி நடவடிக்கை எடுக்க முடியும். சிலர் பல வருடங்களாகக் குறைந்த வாடகையே கொடுத்துக் கொண்டிருப்பார்கள். தற்போதைய நிலவரப்படி வாடகையை நிர்ணயிக்க வேண்டி கோர்ட்டில் மனுதாக்கல் செய்யலாம்.

போலியாக பவர் பத்திரம் தயாரித்து என் சொத்தை அபகரிக்கப் பார்க்கிறார்கள்.



For more details: Chennai, Chengalpet, N.Arcot & S. Arcot-Ph: 044-26481013. Pondicherry-Ph: 0413-2234342. Thanjavur-Ph: 04362-239561. Trichy-Ph: 0431-2700728, 94434 78065. Madurai-Ph:0452-2350488, 5351636. Tirunelveli, Tuticorin & K.K. Dist.-Ph:04652-2245475. Salem- Ph:98427 66377. Tirupur-0421-2202443, 2248070, 2244544.Udumalpettai-Ph: 04252-225388.Bangalore-Ph: 080- 22224723.Hyderabad-Ph: 040-24753198. Vizag-Ph:08915568826. Vijayawada-Ph: 0866-2438403. Kurnool-Ph:08518-227474,Nellore-Ph:0861 2319066,Calicut-Ph:0495-2367333.Delhi-Ph:011 25722320.

Mfd.by: **Minit Engineers (I) P.Ltd.**,202 Thiru-Vi-Ka Street, Municipal Colony, Erode-638004, Tamil Nadu. E-mail:minit@amirthaa.com

காவல் நிலையத்தில் புகார் கொடுத்ததில் அவர்கள் அந்த நபர் மீது வழக்குப் பதிவு செய்து குற்றவியல் நீதிமன்றத்தில் வழக்கு நடந்து வருகிறது. இதற்கிடையே அந்த நபர் சிவில் கோர்ட்டில் பவர் பத்திரம் தொடர்பாக என் மீது வழக்குத் தொடர்ந்துள்ளார்.

ஒய்ஸ்லின், நாகர்கோவில் - 1.

முதலில் உண்மையான பவர் பத்திரமாக இருந்தாலும் பவர் கொடுத்தவர் மீது வழக்குத் தொடர முடியாது. சட்டப்படி பவர் ஏஜெண்ட், எந்த வேலையைச் செய்வதற்காக பவர் கொடுக்கப்பட்டதோ அந்த வேலைக்கான ஊதியம் மட்டுமே கேட்க முடியும். வேறு எந்த உரிமையும் அவருக்குக் கிடையாது. அப்படி வழக்குத் தொடர்ந்தால் செல்லாது.

நீதிமன்றத்தில் கையெழுத்து சரிபார்க்க முடியாவிட்டால்தான் கையெழுத்து பரிசோதனைக்கு அனுப்ப வேண்டும்.

உயர்நீதிமன்ற தடை இருப்பதால் நகலைக் கொடுக்க முடியாது என்று சொல்வது தவறு. ஒரு மனு போட்டு நகலை வாங்க சட்டத்தில் இடமிருக்கிறது. இதில் சொன்னபடி பவர் பத்திரம் சம்பந்தமாக வழக்குத் தொடர்ந்திருந்தால் அது செல்லாது. இந்தக் காரணத்தைச் சொல்லி, உயர்நீதிமன்றத்தில் மனுதாக்கல் செய்து வழக்கைத் தள்ளுபடி செய்யலாம். குற்றவியல் நீதிமன்ற வழக்கையும் துரிதப்படுத்தலாம்.

அமைதி

அமைதி குறித்த
மாநாட்டில் கலந்து
கொள்ள,
ஆயத்தமானார்கள்; தேசத்
தலைவர்கள்
புல்லட் ஃப்ரூப்
உடையில்!
- எஸ்.பி. சுசீலாதேவி

பெண்களும் புதிய சட்டமும்

இந்தியாவில் பெண்கள் முன்னேற்ற சங்கங்கள், பல ஆண்டுகளாக பெண்களைக் குடும்பத்துக்குள் நடக்கும் வன்கொடுமைகளிலிருந்து காப்பாற்றக் கூடிய ஒரு சட்டத்துக்காகப் போராடி வந்தார்கள். அவர்களின் நீண்ட நாளைய கோரிக்கையை நிறைவேற்றும் விதமாக, செப்டெம்பர் 13-ம் நாள் 2005 ஆண்டில் 'குடும்ப வன்முறையிலிருந்து பெண்களைப் பாதுகாக்கும் சட்டம்-2005' இயற்றப்பட்டுள்ளது.

இச் சட்டம் பெண்களின் பாதுகாப்புக்கு ஓரளவு நன்மை செய்யக்கூடிய சட்டமாகவும், இதுவரை உள்ள பெண்கள் சம்பந்தப்பட்ட பல சட்டங்களை விட மேன்மையானதாகவும், வரதட்சணை எதிர்ப்பு சட்டத்தில் உள்ள பல ஓட்டைகளைத் தவிர்க்கும் சட்டமாகவும் பெண்கள் முன்னேற்ற ஆர்வலர்களால கருதப்படுகிறது.

குடும்ப வன்முறையிலிருந்து பெண்களைப் பாதுகாக்கும் சட்டம் - 2005

முக்கிய விதிமுறைகள் :

• குடும்ப வன்முறை என்பது எந்த ஒரு செயல் பாதிக்கப்பட்டவருக்கு, ஊறு விளைவித்தல், காயம் ஏற்படுத்துதல், உயிருக்கோ, முன்னேற்றத்திற்கோ, மனரீதியாகவோ, பாலியல்ரீதியாகவோ, உளவியல் ரீதியாகவோ, பொருளாதார

உயரட்டும் உன்னத கனவுகள்



நனவாக்கிட இன்றே திட்டமிடுங்கள்



TMBன்

KIDS

RECURRING DEPOSIT

வளரும் இலட்சியம்

வளரும் குழந்தைகளின் இலட்சியங்கள் நிறைவேற, வாழ்வு சிறக்க TMBன KIDS RECURRING DEPOSIT திட்டத்தில் சேமித்திடுங்கள். மாதந்தோறும் நீங்கள் சேமிக்கும் தொகை வளரும்... வளர்ந்து கொண்டே இருக்கும். தடையின்றி தொடரும் அவர்களின் இலட்சிய பயணம் வெற்றி இலக்கு நோக்கி. இன்றே வாருங்கள் தமிழ்நாடு மெர்க்கன்டைல் வங்கிக்கு. சேமிப்பு கணக்கை துவக்குங்கள். வெற்றிக்கு வித்திடுங்கள்.

கூடுதல் விபரங்களுக்கு உங்கள் அருகில் உள்ள TMB கிளையை அணுகுங்கள்

தமிழ்நாடு மெர்க்கன்டைல் பேங்க் லிட்.

Customer Oriented & Committed to Excellence

பதிவு அலுவலகம் : 57, வி.இ. ரோடு, தூத்துக்குடி-628 002 இணையதளம் www.tmb.in

Electronic Money Transfer • Anywhere Banking • Free ATM Card • 100% RTGS enabled branches • Countrywide accessible ATMs

ரீதியாகவோ துஷ்பிரயோகம் செய்தல் ஆகும்.

இந்த விதியினால், பெண்கள் உடல்ரீதியாக மட்டுமல்ல மனரீதியாகப் பாதிக்கப்பட்டாலும் இச் சட்டத்தில் நிவாரணம் பெற வழிவகை செய்யப்பட்டிருக்கிறது.

• பாதிக்கப்பட்டவர் என்பது பிரதிவாதியுடன் குடும்பரீதியாக உறவு கொண்டிருந்த பெண். இதில் திருமணம் செய்து கொள்ளாது சேர்ந்து வாழ்பவர்களும் அடக்கம்.

• பிரதிவாதி என்பவர் மனு செய்யும் பெண்ணுடன் ஏதேனும் ஒரு வகையில் குடும்ப உறவு கொண்டுள்ளவர், கூட்டுக் குடும்ப உறுப்பினராக இணைந்து வாழ்பவர்கள்.

• இந்தச் சட்டத்தின் ஷரத்துகளின்படி, ஒவ்வொரு மாநிலமும் தேவையான எண்ணிக்கையில் பாதுகாப்பு அலுவலர்களை நியமிக்க வேண்டும். காவல் அதிகாரியோ, பாதுகாப்பு அதிகாரியோ சேவை அமைப்பைச் சேர்ந்தவரோ, நீதிமன்ற நடுவரோ, பாதிக்கப்பட்டவர்களுக்கு இச் சட்டத்தின் பலனாகக் கிடைக்கக்கூடிய நிவாரணங்களையும் அதனைப் பெற வேண்டிய வழிமுறைகளையும் பாதிக்கப்பட்டவருக்குத் தெரிவிக்க வேண்டும். இலவச சட்ட உதவியும் பெற உரிமை உள்ளதைப் பற்றித் தெரிவிக்க வேண்டும்.

• பாதுகாப்பு அதிகாரிகள் கூடியவரை பெண்களாக இருப்பது நலம்.

• பதிவுசெய்யப்பட்ட சேவை அமைப்புகள் பாதிக்கப்பட்டவருக்கு குடும்ப வன்முறை குறித்து குறிப்பிட்ட படிவத்தில் அறிக்கை தயாரிக்க உதவலாம்.

• பாதிக்கப்பட்டவர் சார்பாகப் பாதுகாப்பு அலுவலர் அல்லது உறவினர், அக்கம் பக்கத்தவர் என்று யாரும் நீதிமன்ற நடுவரிடம் நிவாரணங்களைக் கோரி மனு செய்யலாம்.

• நீதிமன்ற நடுவர் மனுவை பெற்றுக் கொண்ட தேதியிலிருந்து மூன்று நாட்களுக்கு மிகாமல் முதல் விசாரணை தேதி

சத்தம் போட்டுச் சொல்லாதீர்கள்!



பெண்களாகிய நாம் பேருந்து, ஆட்டோ அல்லது ரயிலில் பயணம் செய்யும் போது நம் வீட்டு தொலைபேசி எண், வீட்டு விலாசம், செல்போன் நம்பர் போன்றவற்றை யாரிடமும் எந்தக் காரணம் கொண்டும் சத்தம் போட்டுச் சொல்லக் கூடாது. நம் பெருமைகளை வீட்டை விட்டுக் கிளம்பும் போது வீட்டிலேயே வைத்து விடுவது நல்லது. வெளி இடங்களில் நம் பெருமைகளைப் பேசுவது ஆபத்தை வரவழைக்கும் என்பதை மறந்து விடக்கூடாது.

- சி.எம். பிரேமகுமாரி.

BUDGET FLATS FOR SALE



1 பெட்ரூம்
590 – 630 சதுர அடி
விலை : 4.75 – 5.25 லட்சம்

2 பெட்ரூம்
790 – 810 சதுர அடி
விலை : 6.25 – 6.50 லட்சம்.

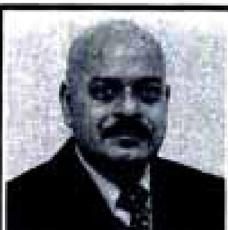
5/41, பண்ணையார் சொக்கலிங்கம் சாலை, பிக்ஷாண்டார் கோவில், திருச்சி.

மங்களம் எஸ்டேட்ஸ்

Tel : 0431 - 2591424 Cell : 98430 12675 manghalamestates@gmail.com

கடன் வசதி பெற்றுத் தருகிறோம்

மங்களம் உங்களுடையதாகட்டும்



எனர்ஜி ட்ரீட்மெண்ட்!

எல்லா வியாதிகளுக்கும்
மிகச் சிறந்த தீர்வு!
விஜய் TVயில் பிரதி
திங்கள் & புதன் : காலை 7.30 மணிக்கு

Vijay TV
வெற்றித்தொடர்

February 2006

சென்னை 2, 3, 4, 24, 25, 26
பெங்களூர் 9, 30
திருச்சி 7, 16
சேலம்
மற்ற எல்லா நாட்களிலும்

இந்தியாவிலேயே முதன்முதலாக இந்தியாவின் No.1 எனர்ஜி விஞ்ஞான மருத்துவ நிபுணர் **M.சத்தியமூர்த்தி** பிரான்ஸ் நாட்டு அதி நவீன எனர்ஜி ஸ்கேன் வைப்ரேஷன் சிகிச்சை முறைகளால் எல்லா வித வியாதிகளையும் குணமாக்கி சாதனைகள் படைத்து வருகிறார்.

மற்ற எல்லா வைத்திய முறைகளால் முயன்றும்கூட தீர்க்க முடியாத வியாதிகளையும் குணமாக்கும் **M.சத்தியமூர்த்தி**யின் எனர்ஜி ட்ரீட்மெண்ட் பற்றிய "நீயும் ஜெயிக்கலாம்" என்ற வெற்றித் தொடர் விஜய் T.V.யில் பிரதி திங்கள் காலை 7.30 மணிக்கும், புதன் காலை 7.30 மணிக்கு வாரந்தோறும் ஒளிபரப்பாகிறது. காணத்தவறாதீர்கள்!

எல்லாவித இதயக்கோளாறு, கிட்னி டிசீஸ், பக்கவாதம், மூட்டுவலி, சரும நோய்கள், டயாபடீஸ், அலர்ஜி, ஆண்மைக் குறைவு, குழந்தை இல்லாமை, என்டோக்ரீன், மூளை, நரம்பியல், உளவியல், மெடபாலிக், ஹார்மோனல், பரம்பரைக் கோளாறுகளுக்கும், உலகெங்கும் இருந்து ஏராளமானோர் எனர்ஜி ட்ரீட்மெண்ட் நிபுணர் **M.சத்தியமூர்த்தி**யிடம் சென்று சிகிச்சை பெற்று குணமடைந்துள்ளனர். நேரில் ஆலோசனை பெறலாம். முன்பதிவுக்கு :

இந்தியாவின் முதல் எனர்ஜி விஞ்ஞான மருத்துவ நிபுணர்
M.சத்தியமூர்த்தி, Bio-Energetician (France, England)
9, மகேந்திரபுரி, ஹவுசிங் போர்டு ஸ்டாப், ஏற்காடு ரோடு, சேலம்-8
போன் : 93621 01181, 9443242626 (0427) 2403601, 2403603, 2405681

யைக் குறிக்க வேண்டும்.

• ஒவ்வொரு மனுவின் மீதும் அறுபது நாட்களுக்குள் இறுதி முடிவு அளிக்க வேண்டும்.

• சமரச பேச்சு வார்த்தைகளுக்கு வழிசெய்யப்பட்டுள்ளது.

• ஒவ்வொரு பெண்ணும், தான் விரும்பும்பட்சத்தில் தான் இருக்கும் இடத்திலேயே தொடர்ந்து இருக்கலாம். அவருக்கு அந்த வீட்டில் சொத்து உரிமை இல்லாவிட்டாலும் அவரை வெளியேற்ற முடியாது.

• பாதிக்கப்பட்டவர் பணிசெய்யும் இடம், வசிக்கும் இடம் ஆகிய இடங்களில் சென்று மிரட்டுவது, எந்த வகையிலோ தொடர்பு கொண்டு பயமுறுத்துவது, வங்கிக் கணக்குகள், சொத்துக்கள், சீதனம் கொடுக்கப்பட்ட பொருட்கள் போன்றவற்றை நீதிமன்ற அனுமதியின்றி பயன்படுத்துவது, விற்பது ஆகிய செயல்கள் தடைப்படுத்தப்பட்டுள்ளன.

• நீதிமன்ற நடுவர் வேறு குடியிருப்பை ஏற்படுத்திக் கொடுக்கவும், அல்லது அதற்குரிய வாடகையைக் கட்டும்படியும் உத்தரவிடலாம். பாதிக்கப்பட்ட பெண்ணுக்குச் சொந்தமான பொருட்களை ஒப்படைக்கும்படி உத்தரவிடலாம். பொருள் இழப்புக்கு ஈடாகவும், மருத்துவச் செலவுகளுக்கும் பண நிவாரணம் அளிக்க நீதிமன்ற நடுவர் உத்தரவிடலாம்.

இச்சட்டத்தின் விதிமுறைகளை அலசி ஆராய்ந்தால், இது பல வகைகளிலும் முந்தைய பெண்கள் சார்ந்த சட்டங்களை விட மேன்மையாக இருக்கிறது என்பதை அறியலாம். இச் சட்டத்தின் கீழ் மனைவி மட்டுமல்லாது, எந்தப் பெண்ணும் குடும்ப வன்முறைக்கு எதிராக நிவாரணம் பெறலாம், போலீஸ் நிலையம் போவதைத் தவிர்க்கலாம், யார் வேண்டுமானாலும் அப் பெண்ணின் சார்பாக புகார் கொடுக்கலாம், இலவச சட்ட உதவி பெறலாம், சேவை அமைப்பாளர் எல்லா உதவியும் செய்வார், நிவாரணம் 60 நாட்களுக்குள் கிடைக்கும், தான் வசிக்கும் இடத்தை விட்டுப் பெண்ணை வெளியே துரத்த முடியாது என்ற ஷரத்துக்கள் பலவகைப்பட்ட குடும்ப வன்முறைகளால் நொந்து, நூலாகி, வேறு வழியின்றித் தவிக்கும் பெண்களுக்கு, நிவாரணம் கிடைக்கும் என்ற நம்பிக்கையை ஊட்டலாம்.

- ரமீஜா ஏ. ரஷீத்

காவிக் கோலங்கள்





- ஹம்சா ஜெயராமன்

முதன் முதலாக...

முதன் முதலாக மங்கையர் மலரில் ஆரம்பித்த பக்கங்கள் என்று எதை பட்டியலிடுவது. ஒன்றா, இரண்டா கோடிட்டுக் காண்பிக்க. பெண்கள் இதழுக்கே ஒரு எடுத்துக்காட்டாக விளங்கும் இவளின் அனைத்துப் பகுதிகளும் சிறப்பம்சங்கள்தான்.

துணுக்காகட்டும், மருத்துவமாகட்டும் அல்லது சமையலாகட்டும் எல்லாவற்றிலும் முன்னோடிதான். ஒரு பெண்கள் மாத இதழ் இப்படித்தான் இருக்க வேண்டும் என்று இன்று புதிதாக பத்திரிகை தொடங்குபவர்கள் அனைவரும் முன்மாதிரியாக மங்கையர் மலரை எடுத்துக் கொள்வதில் இருந்தே இவளின் சிறப்பு அடங்கி விடுகிறது.

சரி, மீண்டும் முதன் முதலாகப் பார்ப்போம். பிப்ரவரி 1981- இதழின் பக்கங்கள் காலச் சக்கரம் போல் சுழல்கின்றன. திருமண மலர் அறிவிப்புப் பகுதி. ஓர் ஆணின் வரைபடமும் பெண்ணின் படமும் நேருக்கு நேராகப் பார்த்துக் கொண்டிருக்க பூக்களால் நிரப்பப்பட்ட ஒரு கட்டத்திற்குள் இந்த அறிவிப்பு : ரூ. 10/- கட்டணத்தில், திருமணம் செய்து கொள்ள விரும்பும் ஆண்களும் பெண்களும் விளம்பரம் செய்யலாம்.

"மாதிரி விளம்பரம் : பி.எஸ்ஸி., படித்து அரசாங்க வேலையிலுள்ள ரூ. 500/- மாத வருமானம் பெறும் 25 வயது முதலியார் வகுப்பு இளைஞனுக்கு அதே இனத்தில் பெண் தேவை. தபால் பெட்டி எண் :........ மங்கையர் மலர்"

இப்படித் தொடங்கிய இந்தத் திருமண மலர் பகுதி இன்று ஒரு இணைப்பிதழாக வளர்ந்துள்ளது.

மீண்டும் முதன் முதலாக : இல்லத்தரசிகளே கொஞ்சம் கவனியுங்கள் : இம்மாத இல்லத்தரசி - சமையல் குறிப்பு அறிவிப்பு :

முதல் பரிசு ரூ. 25/- இரண்டாம் பரிசு ரூ. 15/- மூன்றாம் பரிசு ரூ.



• முதல் வி.ஐ.பி



• முதல் மலர்

வாழி நீ பல்லாண்டு

நன்றி
ஆச்சி
சாம்பார் பொடி

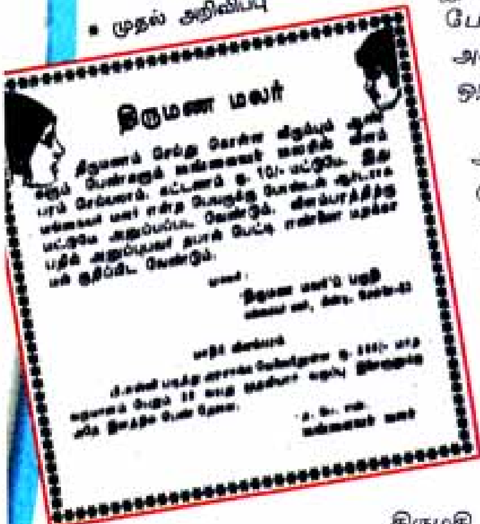
மங்கையர் சக்தி மகத்தான சக்தி
மங்கையர் மலர் வெள்ளிவிழா

முதன் முதலாக...

10/-! இன்று இல்லத்தரசிகளுக்கு கிரைண்டர் பரிசளிக்கப்படுகிறது.

அடுத்து மீண்டும் பக்கங்கள் புரட்டப்படுகின்றன. ஆ! இது என்ன ஒற்றுமை? முதல் இதழில் 'பெண்களின் எமன்' என்கிற தலைப்பில் 'தீ' சம்பந்தமான விழிப்புணர்வுக் கட்டுரை இடம்பெற்றுள்ளது. நமது தற்போதைய இதழிலும் 'நெருப்பைப் பற்றிய விஷயங்கள் சில' என்று வாசகி ப. கோமதியின் தீயணைப்புக் கருவிகளின் பயன்பாடும், பயன்படுத்தும் விதமும் பற்றிய கட்டுரை பிரசுரமாகியுள்ளது. எப்படி இது? இது ஒரு தற்செயலான ஒற்றுமை தான். கோமதியின் கட்டுரை இரு இதழ்களுக்கு முன்பாகவே தயாராகி விட்டிருந்தது. இடப்பற்றாக்குறை காரணமாக தள்ளிப் போடப்பட்டு கடைசியில் இந்த இதழில் அக்கட்டுரை வந்து உட்கார்ந்து விட்டது. என்ன ஒற்றுமை?

• முதல் அறிவிப்பு



இன்னும் கைவேலை, ராசிபலன், உடல் ஆரோக்கியம் என்று பல பகுதிகள் இந்த முதல் இதழில் முதன் முதலாக என்ற சிறப்புடன் கண்ணுக்கு விருந்தாக பரிமளிக்கின்றன.

அடுத்தது முதல் வி.ஐ.பி. யார் தெரியுமா? இன்றும் முதன்மையாக இருக்கும் ரஜினிகாந்த்தான்!

'அம்மாவோட பேசணும்!' அம்மா...! என்று ஆரம்பித்து ரஜினிகாந்த் வாழ்க்கையில் ஏற்பட்ட ஒரு திருப்புமுனை சம்பவத்தை பிரபல சமூக சேவகி திருமதி ரெஜினா வின்சென்ட் பகிர்ந்து கொள்கிறார். ஒரு ஸ்டார் போடப்பட்டு விதவித போஸ்களில் இப்பக்கங்களை அலங்கரிக்கும் ரஜினிகாந்த் இன்றும் மக்கள் மனதிலும், சினிமா உலகிலும் சூப்பர் ஸ்டாராகத்தான் வலம்வருகிறார்!

மங்கையர் மலரின் முதல் இதழை சுவைத்து 'சொல்ல விரும்புகிறோம்' பகுதிக்கு கடிதங்களை அனுப்பியிருக்கும் வாசகர்கள் மேட்டுப்பாளையம் ரத்தினகுமார்; பெங்களூர் ப. மூர்த்தி, சங்கரன்கோவில் கலாபாரதி, திருவனந்தபுரம் பாமாமணி. மேலும், இதில், இடம்பெற்றிருக்கும் "மங்கையர்க்கு வாய்ப்பளித்து மனம் மகிழச் செய்திடும் மங்கையர் மலரே, பூத்துக் குலுங்கி, புதுமைகள் செய்து, பொன் விழா கொண்டாட, வாசகருக்கு வாய்ப்பளித்து வாழி நீ பல்லாண்டு" என்று குரோம்பேட்டை நேரு நகர் மாதர் சங்கம் உபதலைவி சாரதா ராமசுவாமியின் கடித வரிகளைப் போல் என்றென்றும் பூத்துக் குலுங்க வேண்டும் நமது மங்கையர் மலர்!

நன்றி



மங்கையர் சக்தி
மகத்தான சக்தி

மங்கையர் மலர் வெள்ளிவிழா

ஸ்ரீ டிராவல்ஸ்

HO. 194/a, அண்ணாசாலை, ஆயிரம் விளக்கு, சென்னை - 600006.
போன்: 55345081; 082; 083; பேக்ஸ்: 28516799
B.O. 52, 3வது மாடி, ஸ்ரீ லக்ஷ்மி டவர்ஸ், ராஜா தெரு, கோவை - 641001.
போன்: 0422 - 3950482; 4356967; பேக்ஸ்: 2307961.
E - Mail: sritrave@satyam.net.in; web: www.sreetravels.net

அனைத்து சுற்றுலாக்களுக்கும் அருமையான தங்கும் அறைகள் மற்றும் சைவ உணவுடன்

டில்லி – அமிர்தசரஸ் – சண்டிகர் – குலு – மணாலி – மணிக்கரண் – ஜல் பாயிண்ட் – சிம்லா – டில்லி

ஏசி டிலக்ஸ் சுற்றுலா பயணத்தொகை: ரூ. 7,200/- + டிக்கெட்
தேதிகள்: ஏப்ரல் 21 முதல் அனைத்து வெள்ளிக்கிழமைகளில்
பயணம் முழுவதும் ஏசி அறைகள் மற்றும் ஏசி பஸ் வசதியுடன்

மத்திய அரசு ஊழியர்களுக்கான LTC சுற்றுலா
Non A/C 2 X 2 அரசு சுற்றுலா கழக பேருந்துகளில்
பயணத்தொகை: ரூ. 6,900/- + டிக்கெட்
தேதிகள்: ஏப்ரல் 18 முதல் அனைத்து ஞாயிற்றுக்கிழமைகளில்
டில்லியில் ஏசி அறைகள் மற்றும் ஏசி பஸ் வசதியுடன்

Classic Tours 2X2 NON AC பஸ் மூலம்
பயணத்தொகை: ரூ. 6,000/- + டிக்கெட்
தேதிகள்: ஏப்ரல் 16 முதல் அனைத்து செவ்வாய்க்கிழமைகளில்
டில்லியில் ஏசி அறைகள் மற்றும் ஏசி பஸ் வசதியுடன்.

குளுகுளு காஷ்மீர் with டில்லி – அமிர்தசரஸ் – ஜம்மு வைஷ்ணவி
பயணத்தொகை: ரூ. 7,900/- + டிக்கெட்
தேதிகள் 21.04; 01.05; 11.05; 21.05
டில்லியில் ஏசி அறைகள் மற்றும் ஏசி பஸ் வசதியுடன்

கேரள சுற்றுலா
நாட்கள்: 6 பயணத்தொகை: ரூ. 3,500/- + டிக்கெட்
தேதிகள்: ஏப்ரல் 23 முதல் அனைத்து வெள்ளிக்கிழமைகளில்

கல்கத்தா – டார்ஜிலிங் – கேங்டாக் சுற்றுலா
பயணத்தொகை: ரூ. 6,500/- + டிக்கெட்
தேதிகள் ஏப்ரல் 21 முதல் அனைத்து வெள்ளிக்கிழமைகளில்
கல்கத்தாவில் ஏசி அறைகள் மற்றும் ஏசி பஸ் வசதியுடன்

முக்திநாத் தரிசனம்
ஹெலிகாப்டர் மூலம்
கோரக்பூர் – லும்பினி – போக்ரா – முக்திநாத் – காட்மாண்டு
பயணத்தொகை: ரூ. 16,000/- + டிக்கெட்
தேதிகள் 23.04.2006; 21.05.2006

இலங்கை சுற்றுலா
ரூ. 18,500/- நீங்கள் விரும்பும் தேதிகளில்
For 4 persons Minimum

திருக்கைலாயம் - மானசரோவர் யாத்திரை

ரயில் மூலம்: ரூ. 53,000/- கோரக்பூர் வரை ரயில் பயணம்
பயணத் தேதிகள்: 31.05; 30.06; 30.07; 27.08
விமானம் மூலம்: ரூ. 63,000/- டில்லி - காத்மாண்டு - டில்லி விமானப்பயணம்
பயணத் தேதிகள்: 03.06; 02.07; 01.08; 30.08
சென்னையில் இருந்து செல்லும் எமது பிரத்தியேக சமையல்காரர்களால் தயாரிக்கப்படும் சைவ உணவுடன்.
17 யாத்திரைகளை வெற்றிகரமாக முடித்திருக்கிறோம்; திருப்பயணம் முழுவதும் வீடியோ எடுத்துத் தரப்படும்.

அனைத்து சுற்றுலாக்களுக்கும் வங்கி ஊழியர்களுக்கான LTC வசதி உண்டு.
10 வயதுக்குட்பட்ட குழந்தைகளுக்கு பயணக்கட்டணம் 50% மட்டுமே

இங்கு வாசகியர் பலர் வெள்ளி விழா கொண்டாடும் மங்கையர் மலருக்கு இனிய கவிதை பூங்கொத்துகள் மூலம் தங்களது நல்வாழ்த்துகளைத் தெரிவிக்கின்றனர்.

ஓ மலரே!

அன்று எனக்கு - 25; உனக்கு - 1
அன்று நான் ஒரு இளம் மங்கை; எனக்கு நீ தங்கை
இன்று எனக்கு - 50; உனக்கு - 25
அன்று என்னுள் பாதியாகி என்னை வழிநடத்தினாய்
இன்று என்னையே முழுமையாக ஆட்கொண்டுள்ளாய்
இன்று என் பெண்ணுக்கு 25; உனக்கும் - 25
என் உடன்பிறந்தவளாகி, என் பெண்ணுக்கும்
நல்ல தோழியாகி, என் பேத்திக்கு நீ அம்மாவாகி
என் கொள்ளுப் பேத்திக்கு நீ பாட்டியாகும் வரை
பிறகும், பிறகும், என்றும் எங்கள் கண்ணின்
விழிபோல் உன்னை என் குடும்பமே
பாதுகாக்கும், பத்திரப்படுத்தும்.

- ராதா நரசிம்மன், பெங்களூர்.



25 வாசகியரின்

வெற்றிக் கொடி கட்டு!

மங்கையர் மலரே மங்கையர் மலரே
மலருக்கு வெள்ளி விழாவோ!
குமரிகள் முதல் பெரியவர் வரை
படித்து மகிழும் மலரே!
உன்னில் எத்தனை செய்திகள் உலகில் உள்ளவற்றை அறியவே!
உனக்குள் எத்தனை புதுமைகள் உணர்த்தினாய் உந்தன் வாசகியருக்கு.
கோலம் முதல் கோவில் வரை சமையல் முதல் சமயம் வரை
சாஸ்திரம் முதல் சாதிப்பவர் வரை மருத்துவம் முதல் அழகுக் குறிப்புகள் வரை
திருமண மலர் முதல் சுற்றுலாத்தலம் என
அன்புவட்டம் போட்டு அனைவரையும்
ஆட்கொண்டு விட்டவளே!
புதுப்பொலிவுடன் புதுப்பெண் போல்
புதுப்புடவை கட்டிக் கொண்டு
வெள்ளி விழாவில்
அடியெடுத்து வைப்பவளே!
வெற்றிக் கொடி கட்டுவாயே!

- கே. ராதா, காஞ்சிபுரம்

நன்றி
கல்யாண் சாரீஸ்
மற்றும்
கல்யாண் ஜிவல்லர்ஸ்

அருமை மகளே!

பொன் போல் கொள்கை
பலகொண்டாய்
புவியில் பிறந்த நாள்முதலாய்
எழிலார் இனிய செந்தமிழால்
இந்நாள் வரையில் வளர்ந்தாயே,
இருபத் தைந்து ஆண்டுகளாய்
இனிதாய் விருந்து படைத்தாயே
அழியா இளமைத் தமிழ்த்தாயின்
அருமை மகளே மேன்மேலும்
ஐம்பது ஆண்டைப் பொலிவுடனே
அழகாய் அடைய வாழ்த்துவமே!

- ஜி. சூரியகுமாரி ராதாகிருஷ்ணன், திருவனந்தபுரம்.



இறைவனை வேண்டுவோம்!

மங்கையர் மலரே! மங்கையர் மலரே!
எங்களின் மனதினில் தங்கிடும் மலரே!
அழகென நினைத்து மலரினைப் பறித்தோம்!
அற்புத மலரினில் மணமும் கமழ்ந்தது!

வாழ்த்துக்கள்!

எத்தனை செய்திகள் உள்ளன மலரில்!
அத்தனை யாவும் தித்திக்கும் செய்திகள்!
மொத்தமாய்ச் சொன்னால் முத்தமிழ் அமுதம்!
சத்தெனப் பருகிச் சரித்திரம் படைப்போம்!

படித்திடப் படித்திடப் பல்சுவை தந்திடும்!
வடித்திடும் கருத்துகள் வாழ்விற்கு உதவிடும்!
தொடுத்திடும் மலரெலாம் சுகம்தரும் மலர்களே!
தோத்திரம் செய்குவோம் பல மலர் பூக்கவே!

- ஆ. கிருஷ்ணன், கேரளா.

நன்றி

மங்கையர் மலர் வெள்ளி விழா
நிகழ்ச்சிகளில் இணைந்து
வெற்றிகரமாக கொண்டாட
உதவிய அனைத்து
விளம்பரதாரர்களுக்கும்
எங்களது
உளம்கனிந்த நன்றி!

நன்றி

மங்கையர் சக்தி
மகத்தான சக்தி
மங்கையர் மலர் வெள்ளிவிழா

நிறைந்த மலரே

எத்தனையோ மலர்கள்
பூத்திருக்கு - எனினும்
அத்தனையிலும்,
மணம் வீசி - எம்
சித்தத்தைக் கவர்ந்தது - நீ
மட்டும்தானே!

வஞ்சனை இன்றி
பரிசுகளை வாரிக்கொடுத்து -
பெண்கள்
நெஞ்சமதில் நிறைந்த மலரே - எம்
வாரிசுகளும் உன்னை
படித்து மகிழ்கின்றார் எனில்
மிகையில்லை அன்றோ!

வெள்ளிவிழாக் காணும்
மலரே! புது ஆசிரியரின்
வரவால் நீ இன்று,
புத்தம் புதிய மலராய்
மலர்ந்து, இதழ் விரித்து
மணம் வீசுகின்றாய்!

மங்கையர் சக்தி
மகத்தான சக்தி - எனும்
வாசகமதை மெய்யாக்கி,
பொன் விழா, வைர விழா
காண வாழ்த்துகிறோம்
மங்கையர் - நாங்கள்

- ராஜேஸ்வரி தண்டபாணி, சென்னை.

வாடாத மலர்

'மங்கையர் மலர்' என்றால்
நம் மனமே
மலராகத்தான் பூக்கிறது. ஆம், அது
வற்றாத இதழ், வாடாத மலர்.
அந்த மலரில் எத்தனை வாசனைகள்!
அதில் சிநேகமான, அற்புதமான
ஆலோசனைகள்
பெற்றோர்களே என்று நமக்கும் சில
யோசனைகள்
நம் மணக்கோலம், புள்ளிக்கோலம்
பின் மணக்கோலம், கைமணத்திற்கும்
சில கோலம் என்று
நம்மை
புத்தம்புது கோலமாக, மலராக
ஆக்கித்தான் விடுகிறது.
ஆனாலும் நான் வாடிப் போகிறேன்
'மங்கையர் மலர்' பார்க்காது
போனால்.

- ஆர். ஞானம், குரோம்பேட்டை.



மௌன மொழியாள்!

மாதந்தோறும் மங்கையர்கள்
மனக்கதவைத் தட்டி
மௌன மொழி பேசி
மயக்கும் உன்னை
மறக்க முடியுமா?
மறுக்கவும் முடியுமா?

**- வத்சலா ரங்கநாதன்,
ஹைதராபாத்.**

நன்றி
MILKA
WONDER CAKE

மங்கையர் சக்தி
மகத்தான சக்தி
மங்கையர் மலர் வெள்ளிவிழா



உருவாக்குகிறோம் நாளைய சாதனையாளர்களை!



ஒரு சக்சஸ் ஸ்டோரி

2020ஆம் ஆண்டில் உலக அரங்கில் இந்தியாவிற்க்கென்று ஓர் தனியிடம் என்ற நமது ஜனாதிபதி அப்துல்கலாம் அவர்களின் கனவை நனவாக்க நாளைய சாதனையாளர்கள் எவ்வாறு தயாராகிறார்கள் என்பதைக் காண கோவை மாவட்டம் மேட்டுப்பாளையத்தில் உள்ள ஸ்ரீ சரஸ்வதி வித்யா மந்திர் பள்ளிக்கு திடீர் விசிட் செய்தோம்.

இப்பள்ளியின் செயல்பாடுகளை கவனித்தபோது எங்களுக்கு பல ஆச்சர்யங்கள் காத்திருந்தன... பள்ளிக்கூடம் என்பது சிறைச்சாலை, கல்வி என்பது சுமை என்று ஒரு மாணவன் நினைத்து விட்டால் ஒருகாலும் அவனை சிறந்த மாணவனாக உருவாக்கிட முடியாது.

ஒரு சிறந்த மாணவன் உருவாகுவதற்கு ஏற்ற கற்றுப்புறச்சூழலில் இவர்கள் பள்ளியை அமைத்துள்ளனர். ஆம், இயற்கை எழில் கொஞ்சும் நீலமலை ராணியாம் மேற்கு தொடர்ச்சி மலையின் மடியில் பவானி ஆற்றங்கரையில் நிறுவப்பட்டுள்ளது இப்பள்ளி.

கலை அம்சம் பொருந்திய சிற்பத்தை செதுக்கிய சிற்பிபோல தனது கனவு பள்ளிக் கூடத்தை பார்த்து பார்த்து செதுக்கியுள்ளார் இப்பள்ளியின் நிர்வாக அறங்காவலர் திருமதி மணிமேகலை மோகன். இவர் தனது கனவு பள்ளிக்கூடம் பற்றி விவரிக்கும் போது... நான் பள்ளி மாணவியாக இருந்தபோது பள்ளிக்கூடம் என்றால் இப்படி இப்படி இருக்கவேண்டும் என்று ஏங்கியதுண்டு. அந்த ஏக்கங்களின் வடிகால்தான் ஸ்ரீ சரஸ்வதி வித்யா மந்திர் CBSE பள்ளி.

எங்கள் பள்ளியில் படித்து வெளியேறும் மாணவன் எந்த சவாலையும் எதிர் கொள்ளும் ஒரு திறமை சாலியாக இருக்க எங்கள் பள்ளி மாணவர்களை ஆளுமைத்திறன், உடல் வலிமை, மன வலிமை, சமுதாய விழிப்புணர்ச்சி, ஆன்மீக ஒழுக்கம் ஆகிய அனைத்தையும் கொண்ட சிறந்த குடிமக்களாக உருவாக்குகிறோம். அதனால் Extra curricular activitiesகளில் அந்தந்த துறைகளில் திறமைவாய்ந்த ஆசிரியர்களைக்கொண்டு விளையாட்டு, யோகா கூடவே நடனம், பாட்டு, கைத்தொழில் முதலியவற்றில் பயிற்சியளிக்கிறோம். மாநில மற்றும் தேசிய அளவில் கோ-கோ, கபடி, கராத்தே, ஸ்கேட்டிங் ஹாக்கி பந்தாட்டத்திலும் மாணவ மாணவிகள் சாதனை படைத்துள்ளார்கள். மேலும் நீச்சல், ஸ்கேட்டிங், செஸ், ஷட்டில், லான் டென்னிஸ் மற்றும் டேபிள் டென்னிஸ் போன்றவற்றிலும் சிறப்பு பயிற்சிபெற்று வருகிறார்கள். பெரிய நூலகம், கணிணி மையம், Language Audio Visual Room என்று பல வசதிகளும் உள்ளன.

மாணவ மாணவியரின் வசதிக்காக உள்ள விடுதியில் வீட்டுச்சூழலுடன் அறுசுவை உணவோடு அன்பையும் அறிவையும் ஒருசேர வழங்குகிறோம்.

மத்திய அரசு பாடத்திட்டத்தில் (CBSE) படிப்பது மிகவும் எளிமையாக்கப்பட்டுள்ளது. அறிவியல், கணிதம், சமூகவியல் பாடங்களில் பள்ளியிலேயே 20% முதல் 40% வரை மதிப்பெண்கள் தர திட்டங்கள் உள்ளன.

அடுத்து பள்ளி அறங்காவலர் மோகன்தாஸ் கூறும்போது... வருங்கால சவால்களை எதிர் கொள்ளும் விதத்தில் எங்கள் பள்ளியில் எல்.கே.ஜி. முதலே மாணவர்களுக்கு கணிணி கல்வியை பயிற்றுவிக்கிறோம்.

இயற்கையின் அரிய பொக்கிஷங்களை அறியவும் இப்பள்ளியில் ஓர் ECO Club சிறப்பாக செயல்படுகிறது. மேலும் பள்ளி மற்றும் விடுதியின் புதிய கட்டிட திறப்பு விழாவிற்கு அண்மையில் வருகை தந்திருந்த மேதகு மாநில ஆளுனர் திரு. சுர்ஜித்சிங் பர்னாலா அவர்கள் கிராமப்புற சூழலில் அனைத்துதர மாணவர்களுக்கும் கல்வியை வழங்கி, கல்வி விழிப்புணர்வை ஏற்படுத்தியதற்கு பள்ளி நிர்வாகத்தை மனமுவந்து பாராட்டினார்.

இந்தியாவின் மிகச்சிறந்த உயர்கல்விக்கூடங்களான IIT, IIM போன்றவற்றின் சேர்க்கை தேர்வில் CBSE திட்டத்தில் பயிலும் மாணவர்களே பெரும்பாலும் வெற்றிபெறுகிறார்கள்.

உங்கள் குழந்தைகளை நாளைய சாதனையாளர்களாக ஆக்கிட இந்த பள்ளியை சென்று பாருங்கள்...



தாளாளர்
மணிமேகலை மோகன்



செயலர்
மோகன் தாஸ்

பள்ளியில் தற்போது 2006-2007ம் ஆண்டு மாணவர் சேர்க்கைக்காக சேர்க்கை விண்ணப்பப்படிவம் வழங்கப்பட்டு வருகின்றது.

விபரங்களுக்கு

ஸ்ரீ சரஸ்வதி வித்யா மந்திர் பள்ளி

CBSE, ஆலங்கொம்பு (அஞ்சல்),
மேட்டுப்பாளையம் - 641 302.
Ph : 04254-253656-59 (4 Lines),
98422 54875,
web : www.ssvmcbse.com

Advt.

சந்தோஷம் தங்குமே!

இனிக்கும்
'அன்னையின்' எழில்
உரைநடையில்,
மிடுக்கும், இளமைத் துடிப்பும்,
விழி தனில்..
பொங்கி வழியுமே சந்தோஷம்
தங்குமே!
சொர்க்கமே கையடக்க புத்தக
வடிவில்!
மங்கையர் மனம் கவர் மங்கல
மலராம்
எங்கள் ''மங்கையர் மலரே''
நீ வாழிய என்றும் வாழியவே!

- ரம்யாஷான், புதுதில்லி.

வளர்க பல்லாண்டு!

இருபத் தைந்தில் எடுத்தடி
வைக்கும்
அருமை மிகுந்த மங்கையர் மலரே!
அழகுத் தமிழில் வாழ்த்துவோம்!
அகிலம் போற்றவே வளர்க
பல்லாண்டு!
அன்பு வட்டத்து மங்கையர் மலரே!
ஆற்றல் கொண்ட மங்கையர்
மலரே!
இன்பம் தந்திடும் மங்கையர் மலரே!
ஈர்த்து மயக்கிடும் மங்கையர் மலரே!
உலகம் சுற்றும் மங்கையர் மலரே!
ஊக்கம் அளிக்கும் மங்கையர் மலரே!
எளிமை காக்கும் மங்கையர் மலரே!
ஏற்றம் மிகுந்த மங்கையர் மலரே!
ஐயம் தீர்க்கும் மங்கையர் மலரே!
ஒப்புயர் வில்லா மங்கையர் மலரே!
ஓங்கியே வளரும் மங்கையர் மலரே!
ஔவையின் அறநெறி
மங்கையர் மலரே!
அஃதுன் வழியென வளர்க நீ மலரே!

- பானு ரவி, திருச்சி.

பல்லாண்டு வாழியவே!

பல்லாண்டு, பல்லாண்டு,
பல்லாயிரத்தாண்டு
பலகோடி நூறாயிரம் - எங்கள்
தங்க மகள் மங்கை, மங்கையர் மலர்
பல்லாண்டு பல்லாண்டு, பல்லாண்டு
வாழியவே!

வானுயரம் புகழ் எட்டும் மங்கையர்
மலர் - இவளை
வந்தனைகள் செய்யும் எங்கள்
வாசகர்கள் வாழியவே
கோடானு கோடி நல் விஷயங்கள்
பரிமாறும்
தெய்வீக மணம் கமழும் மங்கையர்
மலர் வாழியவே(பல்)

வாழிய, வாழியவே - எங்கள்
மங்கையர் மலர் வாழியவே
வெள்ளி விழா கொண்ட
மங்களநாயகி
மங்கையர் மலர் வாழியவே
''மங்கையர் சக்தி மகத்தான சக்தி''
என்னும்

பொன் மொழியை அள்ளித் தந்தாள்
மங்கையர் மலர் சக்தி - எங்கள்
மங்கையர் மலர் சக்தி - எங்கள்
மங்கையர் மலர் சக்தி!

**- சுந்தரி கிருஷ்ணமூர்த்தி,
பெங்களூர்.**

நன்றி
Parry's Pure





Always Ask
OLD KEY BRAND
INSTANT ICE CREAM POWDER
Our Other Products
INSTANT BADAMIL
GULAB JAMUN MIX
JELLY CRYSTALS
BAKING POWDER
INSTANT CHINA GRASS
ICING SUGAR
CORN FLOUR,ETC.
Custard Powder
VANILLA
Unique CELL:9840834031
Mfg. & Packed by :
ROOPAM ENTERPRISES
Chennai - 600 035.



Hey, u r looking great
it's COLOR MATE
New COLOR Light Brown
COLOR MATE
One 15 gm sachet worth Rs.20/- absolutely FREE
6 vibrant shades of Natural Black, Natural Brown, Burgundy, Golden Brown, Mahogany & Light Brown to suit your personality
COLOR MATE
Active Plus
Rs. 7/-
Show your true colors
Mfd. by : Henna Industries Pvt. Ltd.
E-mail : info@indiahenna.com Ph. : 0129 - 4043643
Fax : 91 - 129 - 4047904.

45 Years of Convenience

சூப்பர் மிக்ஸி... சூப்பர் சமையல்... சூப்பர் விலையில்...



விஜய்

அறிமுகப்படுத்தும்
சூப்பர் எக்கோ மிக்ஸி

ரூ.1895/-
மட்டுமே

- அதிக திறன் வாய்ந்த மோட்டர் • ஷாக் ப்ரூப் ABS பாடி
- கவர்ச்சிகரமான மூன்று ஸ்டெயின்லெஸ் ஸ்டீல் ஜார்கள்
- ஓவர்லோடு கட் ஆப் சுவிட்ச்

Vijay®
A friend of your family

விஜய் ஹோம் அப்ளையன்சஸ் லிமிடெட்
தலைமை அலுவலகம்: 27, A&B, [illegible] மயிலாப்பூர், சென்னை - 600 004 ✆ 5210 8622 / 33 / 44

கிளைகள் மற்றும் சேவை மையங்கள்:
• சென்னை ✆ 2860 0667 • கோயம்புத்தூர் ✆ 255 2904 • மதுரை ✆ 253 0741 • பாண்டிச்சேரி ✆ 224 0790 • பெங்களூர் ✆ 2670 1487 • [illegible] ✆ 236 7265 • [illegible] ✆ 2475 5142 • [illegible] ✆ 257 6356 • [illegible] ✆ 275 0095 • [illegible] ✆ 252 6249 • [illegible] ✆ 253 0684 • [illegible] ✆ 221 974



Tribute to the
Legend

வீணைகள் புனிதம்
ஒவ்வொன்றும் ஒருவிதம்

அவை அனைத்தும் கிடைக்கும் ஒரே இடம்

The SRUTHILAYA



Our Prestigious Releases

Emposed Carving Joint Veena	Ekantha Line Carving Veena
Anna Mahalaya Veena	Emposed Ekantha Veena
Joint Line Carving Veena	Sangu Veena

Latest Release **RATHNA VEENA**

Dealers in: musical instruments, books, cds & cassettes

93/3, Royapettah High Road, Mylapore, Chennai - 600 004.
Phone: 2499 4045, 2498 2625
Web: www.sruthilaya.com E-mail: sruthilaya@vsnl.com

எந்தப் பத்திரிகைக்கும் இல்லாத தனிச்சிறப்பு மங்கையர் மலருக்கு உண்டு. ஏனெனில் பக்கத்துக்குப் பக்கம் வாசகியரின் கைமணம்தான்! விழா மங்கையாகத் தேர்வு செய்து ஒவ்வொருவருக்கும் முடிசூட்டிப் பார்க்க ஆசைதான்! கூர்ந்து பார்த்ததில் துணுக்கு ராணி, கோல நாயகி, கட்டுரை ராணி என்று ஒவ்வொருவரும் ஒவ்வொரு வகையில் கடந்த 25 ஆண்டுகளில் தமது கைவண்ணத்தைக் காட்டியுள்ளனர். அவர்களது பங்கேற்புக்குத் தலை வணங்குகிறோம். தொடர்ந்து தரப்போகும் பங்களிப்புக்கு கரம்குவிக்கிறோம்.

வெள்ளி விழா மங்கைப் பட்டம் யாருக்கு?

பட்டியலில் முதலில் வந்து நிற்பவர் விசாலம் நாராயணஸ்வாமிதான். 81-லிருந்து ஆரம்பித்து இன்று வரை மலருக்கு படைப்புகளை அனுப்பி வரும் இவர் மங்கையர் மலரில் எந்தப் பகுதியையும் விட்டு வைக்கவில்லை. துணுக்குகள், கோலங்கள், சமையல்கள், கட்டுரைகள் ஏன் இந்த மாதம் கைவேலையில் இடம்பெற்ற இனிப்பு மாலை கூட இவர் கைவண்ணம்தான். உடலாலும், உள்ளத்தாலும் சோர்வுற்றிருக்கும் தற்போதைய சூழலிலும், விடாது எழுதி, மலரை நுகர்ந்து வரும் இவரே 'வெள்ளி விழா மங்கை' பட்டத்திற்கு உரித்தாகுகிறார்.



விழா மங்கை

இவரைத் தொலைபேசியில் அணுகிய போது 'தன்னால் வீட்டை விட்டு எங்குமே ஓர் அடி கூட எடுத்து வைக்க முடியவில்லை. (உடல்நிலை காரணமாக) விழாவில் கலந்து கொள்ள முடியாத நிலையில் இருக்கிறேன்' என்றார் கண்ணீர் மல்க.

சரி என்று அவருக்கு உரிய கௌரவத்தை தபாலில் அனுப்புவதாகவும், அவர் உடல்நிலை தேற ஆண்டவனிடம் பிரார்த்திப்பதாகவும் கூறிவிட்டு, விழாவில் பட்டமளிக்க விழா மங்கையாக வேறு யாரைத் தேர்ந்தெடுப்பது என்று திரும்பவும் பரிசீலித்தோம்.

நவம்பர் 2005 இதழில் இடம்பெற்ற ஜெயா. வி. ராமன் 82லிருந்து தமது எழுத்தை ஆரம்பித்து இன்று வரை தொடரும் இவரே இரண்டாவதாக 'வெள்ளி விழா மங்கை'யாக பட்டம் பெற தேர்வாகிறார்.

ஒவ்வொரு கட்டுரை எழுதுவதையும் ஒரு தியானமாகவே செய்வதாகவும், தான் எழுதும் துணுக்குகளை, கட்டுரைகளை பலமுறை எழுதிப் பார்த்து, தவறுகளை இருத்தி, கடைசியில் தனக்குத் திருப்தி ஏற்பட்டபின்பே இதழுக்கு அனுப்புவதாகவும் குறிப்பிட்டிருக்கும் ஜெயா வி. ராமன் 100% உழைப்பை வெளிப்படுத்துகிறார்.

சமையலிலிருந்து வாழ்க்கைக்கு

நன்றி

Nalli



உபயோகமான பல நல்ல கருத்துகளை வழங்கி வரும் இவர்களைப் போல் இன்னும் பல விழா மங்கைகள் உருவாக வேண்டும்! வாழ்த்துகிறோம்! (-ஆர்.)

விழா மங்கைக்காக வாசகியர் பலர் தங்களது பட்டியலை அனுப்பியிருந்தனர். அவற்றிலிருந்து சில....

துணுக்கு முதல் பயணங்கள் வரை



ஜூன் 1976 - குழந்தை வளர்ப்பு ஒரு கலையா? - (இது கல்கிக்கு முன்பு எழுதியது)

மே 1987 -இம்மாத இல்லத்தரசி - ஆறுதல் பரிசு

அக். 1996 - நாணயத்தில் இரு பக்கம் உண்டு - கட்டுரை

செப். 2000 - புது மகள்

மே 2001 - அதிசயமான ஓர் இடம் (கட்டுரை)

ஏப்ரல் 2004 - கண்ணை மட்டும் சிமிட்டும் புலிகள் - பயணக் கட்டுரை

மார்ச் 2005 - ஊ...ஊ... ஊறுகாய்

- விஜயா ராஜன்.

கட்டுரை நாயகி



மார்ச் 1993 - தென்னம் பாளையில் தெரிந்த ஓவியர்

டிசம். 1984 - கழுத்தாய பிரச்னைகள்

1993 - சல்லடைக் கிளி

மே 1995 - நடையாம் நடையழகாம்

மே 1996 - அந்த மூன்று நாட்கள்

ஜூலை 1997 - பெண்மை போற்றுதும்

நவ. 2002 - ஜாக்கிரதை எலும்புத் திருடன் எட்டிப் பார்க்கிறான்

ஏப். 2003 - பேசுவதற்கு முன் யோசியுங்கள்

மார். 2004 - இருமலா? ஊத்து சிரப்பை

- சாமனி

நன்றி

SAKTHI®
MASALA
and
PICKLES

உபதேச சிகாமணி



மார்ச் 1990 - துணுக்குகள்

நவ. 1991 - தீபாவளியே வைபோகமே (பலகாரங்கள் செய்முறை)

ஆகஸ்ட் 1994 - என் வெற்றிக்குக் காரணம் என் கணவரே

ஏப்ரல் 1996 -தேவை அறைக்கொரு அஞ்சறைப் பெட்டி (கட்டுரை)

டிசம்பர் 2000 - உறவுப் பாலம் உங்கள் கையில்

பிப்ரவரி 2001 - மெகா தொடர்களும் மகா இடர்களும்

பிப்ரவரி 2002 - காக்க காக்க மௌனம் காக்க

ஜனவரி 2003 - மந்திரிச்ச எலுமிச்சம் பழம்

பிப்ரவரி 2005 - எண்ணி... எண்ணி

- கீதா தெய்வசிகாமணி.

சிறு குறிப்பு ராணி!



நவம்பர் 1995 கம்பிப்பாகு - சிறு குறிப்பு

டிசம்பர் 1997 - அப்பளம் - சிறு குறிப்பு

மார்ச் 1998 - டியூப்லைட் டப்பா - சிறு குறிப்பு

அக். 2000 - கிரைண்டர் குதிரை

ஜனவரி 2001 - ஃபோன் பெல் - சிறு குறிப்பு

ஏப்ரல் 2002 - பொன் மொழி

ஜூன் 2003 - பல்பு - டிப்ஸ்

மார்ச் 2004 - சப்பாத்தி மாவு பிசைதல் - டிப்ஸ்

டிசம்பர் 2005 - அகல் விளக்கு

- பி. ஜானகி.

90-ன் நாயகிகள்

இன்னும் என். சாந்தா, பிருந்தாரமணி, கே.எஸ். கிருஷ்ணவேணி, லட்சுமி ஸ்ரீநிவாசன் இப்படிப் பலர் தங்களது பங்களிப்பு விவரங்களை அனுப்பியிருந்தனர். இடப்பற்றாக்குறை காரணமாக அனைத்தும் வெளியிட முடியவில்லை.



SRI MEENAKSHI TRAVELS

5A/77 WEA, KAROLBAGH, N.DELHI - 5.
PH : 25726891, 25820291, 98102 71676

குளு-மணாலி-டெல்லி (23-04-06) (21-05-06) (04-06-06) **Rs. 5000/-**
(சண்டிகர், அமிர்தசரஸ், மணாலி-டெல்லி) (8 நாட்கள்)

பத்ரிநாத்-கேதார்நாத் (07-05-06) (8 நாட்கள்) **Rs. 5000/-**

பத்ரிநாத்-ஹரித்துவார்-ரிஷிகேஷ்-ஜோஷிமட் (6 நாட்கள்) **Rs. 3800/-**

நைனா தேவி-காங்ரா - ஜீலாமுகி - சிந்தபூரணி - ஜம்மு - வைஷ்ணவிதேவி-அம்ர்தசரஸ்-வாகாபார்டர்-பொற்கோவில்-குருஷேத்ரா (30-04-06) (5 நாட்கள்) **Rs. 3000/-**

எங்களிடம் டில்லியிலிருந்து **2x2** டீலக்ஸ் பஸ்/டாடா இண்டிகா/ **Toyota Qualis Tempo traveller** (சைவ சிற்றுண்டி மற்றும் தங்கும் இடம் உள்பட) **LTC Receipt** உண்டு.

கருப்பையா டையபடிக் & ஹெல்த் ஸ்டோர்
KARUPPIAH DIABETIC & HEALTH STORE

A one stop shop for Diabetics & a complete health store

நீரிழிவு பிரிவு

* குளுகோ மீட்டர் & இதர நீரிழிவு கருவிகள் * நீரிழிவு மருந்துகள்
* ஆயுர்வேதி மருந்துகள் (இம்ப்காப்ஸ், கோட்டக்கல்) & இதர தயாரிப்புகள்
* நீரிழிவு நோய் உள்ளவர்களுக்கான உணவுப் பொருள்கள்
* மருத்துவ புத்தகங்கள் * சிறப்பு காலணிகள்
* குளுக்கோ மீட்டர் சர்வீஸ் / உதிரி பாகங்கள் விற்பனை மையம்
* உணவுக்கட்டுப்பாடு குறித்து ஆலோசனை

Bring this cutting & Avail FREE Blood sugar / BP Checkup

சுகாதார நலன் பிரிவு

* எல்லா ஆயுர்வேத மருந்துகள் * ஆங்கில மருந்துகள்
* ஆரோக்கிய உணவு வகைகள் * பயோமெடிக்கல் கருவிகள்
* அறுவை சிகிச்சை கருவிகள்

நீரிழிவு பதிவு அட்டை வைத்திருப்பவர்களுக்கு சிறப்பு தள்ளுபடி

No. 125/54, Luz Church Road, (Next to Rangachari Cloth Store), Mylapore, Chennai - 4. Phone: 42102939, 24990437 Mobile : 98411 91633

All Major Credit Cards Accepted

முதல்
கலர் படம்
(1988)



கடந்து வந்த பாதை

முதல் சிறப்பிதழ் (டிச.1987)



முதல் கோலப்போட்டி
(ஏப்.1991)



நன்றி

மற்றும் LMM

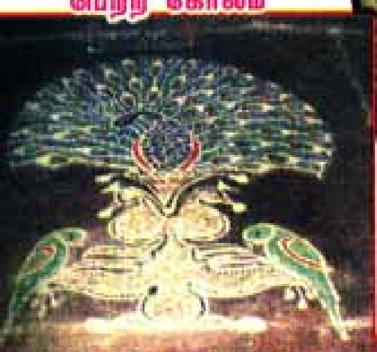


முதல்
வாசகர் சந்திப்பு
(டிச.1998)



முதல்
கலந்துரையாடல்
(அக்.1984)

முதல் பரிசுப்
பெற்ற கோலம்





முதல் மகளிர் விழா (ஆக.1993)

நன்றி

SABOLS மற்றும் Murugan

மங்கையர் சக்தி
மகத்தான சக்தி

மங்கையர் மலர் வெள்ளிவிழா

உங்கள் கனவுகள



அனுராக்



அக்ஷரா



அன்புக்கு அடித்தளமா

குடியிருப்பதற்கான இடத்தைத் தேர்ந்தெடுக்கும்போது, உங்களுடைய எண்ணங்களும் விருப்பங்களும்தான் முக்கியம். அதனால்தான் ஒவ்வொரு விஷயத்திலும் நாங்கள் மிக அதிக அக்கறை காட்டுகிறோம். கட்டட மனை அமைந்துள்ள இடத்தைத் தேர்ந்தெடுப்பதிலிருந்து, உங்கள் இல்லம் உருவாவதற்குத் தேவையான ஒரு சிறு ஆணி கூட எப்படி இருக்க வேண்டும் என்பது வரை எல்லாவற்றிலுமே எங்கள் கவனம் முழுமையாக இருக்கும்.

இந்த வீட்டுத் திட்டம் மேட்டுப்பாளையம் சாலையில் அமைக்கப்படுகிறது. வாழ்க்கைக்கு மிக அத்தியாவசியமான பள்ளிகள், கல்லூரிகள், வங்கிகள், டிபார்ட்மெண்டல் ஸ்டோர்ஸ், மருத்துவமனைகள் எல்லாம் இந்தத் திட்டத்திற்கு மிக அருகிலேயே உள்ளன. இந்தத் திட்டம் மிக ரம்யமான சூழ்நிலையில் அமைக்கப்படுகிறது.

8.1 ஏக்கர் பரப்புள்ள இந்த இடத்தில் மொத்தம் 49 மாளிகை வீடுகள் (வில்லா) மட்டுமே

உடனே முடிவெடுங்கள்!

அத்துடன் உயர்ந்த தரத்திற்கான ஸ்ரீ

தாமதித்தால் இந்த வாய்ப்பு கிடைக்காது... இங்கே கட்

ஆர்க்கிடெக்ட்டு

மேலும் விவரங்களுக்

ஸ்ரீவத்ஸா ரியு

உங்கள் நம்பிக்கை என்னும் அடித்தள

TUV

ISO 9001

ISO 9001: 2000 Certified

கோவை: 8/2, மேட்டுப்பாளையம் சாலை, கோயம்புத்தூர் 641 04

பேக்ஸ்: 91-422-243 0899, E-mail: realestat

சென்னை: 7, காமராஜ் பார்க் தெரு, இராயபுரம், சென்னை 600

பேக்ஸ்: 91-44-2596 5032 / 5211 50

நனவாக்கும் வீடுகள்

atsa
ave
TORE



விஸ்வா



சைதன்யா



அமைந்திடும் இல்லங்கள்

கட்டப்படும். இவை அனைத்தும் தனித்தன்மையுடன் மிக அழகாக வடிவமைக்கப்பட்டு, நான்கு வகைகளில் கிடைக்கும்.

வகை	A	அனுராக்	2955	சதுர அடி	வகை	C	சைதன்யா	2692	சதுர அடி
வகை	B	அக்ஷரா	2762	சதுர அடி	வகை	D	விஸ்வா	2745	சதுர அடி

அழகான தோற்றம். கூடுதல் மதிப்பைக் கொண்ட, பயனுள்ள பல சிறப்பம்சங்கள், அத்துடன் உரிய கவனம் செலுத்தப்பட்ட வகையில் நான்கு நேர்த்தியான டிசைன்கள்.

கிளப் ஹவுஸ், நீச்சல் குளம், உடற்பயிற்சிக்கான ஜிம், கோயில், 30 அடி அகலம் உள்ள அருமையான சாலைகள், லேண்ட்ஸ்கேப்பிங் செய்யப்பட்ட அழகான தோட்டப் பகுதி, சுற்றிலும் பாதுகாப்பான காம்ப்பவுண்டு சுவர் என்றவாறு இன்னும் எத்தனையோ பல சிறப்புகள் இங்கே உண்டு...

் முத்திரையும் இருக்கிறது... அதைவிட வேறு என்ன வேண்டும்?
டுவது 49 வீடுகள் மட்டுமே! உங்களுடைய இல்லத்தை இன்றே தேர்ந்தெடுங்கள்!
ங்கர் அண்ட் அசோசியேட்ஸ், கோயம்புத்தூர்

தொடர்பு கொள்ளுங்கள்:

எஸ்டேட்ஸ் (பி) லிட்.

அதுவே எங்கள் கட்டடங்களுக்கு ஆதாரம்!

ந்தியா. போன்: 91-422-243 7422 / 244 1481 / 243 2184 / 243 2042
reevatsa.com, Visit us at: www.sreevatsa.com
இந்தியா. போன்: 91-44-2595 3149 / 2596 0270 / 2596 1029-31
Email: sreevatsa@sreevatsatube.com

Anugrah Madison 3113 R

நல்ல தோழி!

எங்களுக்கு 81-ல் திருமணம் நடந்தது. பிறந்த வீட்டை விட்டு புகுந்த வீடு செல்லும் ஒவ்வொரு பெண்ணுக்கும் இருக்கும் பயம் எனக்கும் இருந்தது. என்னுடன் பிறந்தவர்களை விட்டு அங்கு போன போது, ஒரு தனிமை எனக்கு ஏற்பட்டது. அந்தச் சமயத்தில் என்னுடைய கணவர், 'மங்கையர் மலர்' புத்தகம் வாங்கிக் கொடுத்தார். உண்மையாக இப் புத்தகம் எனக்கு நல்ல தோழியாக இருந்து உதவியது. அன்று தொடங்கி இன்று வரை நான் இம்மலரின் தீவிர வாசகி மட்டுமல்ல ரசிகையும் கூட!

இம்மலரில் நான் தெரிந்து கொண்ட விஷயங்கள் ஏராளம். நான் பயனடைந்த எல்லாவற்றையும் இங்கு பட்டியலிட முடியாது. ஒருசில துளிகளை உங்களோடு பகிர்ந்துகொள்ள விரும்புகிறேன்.

முதல் துளி : இம் மலரில் வந்த வாஸ்து குறிப்புகளை எல்லாம் சேகரித்து வைத்து அதன்படி நாங்கள் வீட்டைக் கட்டியுள்ளோம்.

இரண்டாம் துளி : இம் மலரில் வந்த 'மாதம் ஒரு ஸ்லோகம்' என்பதையும் எடுத்து சேகரித்து வைத்து அதை ஒவ்வொரு வருட நவராத்திரி கொலு ஒன்பது நாளும் சொல்லிக் கொண்டு வருகிறேன்.

மூன்றாம் துளி : என் இரு மகன்களும் நன்கு தமிழ் கற்றுக் கொள்ள உதவியது இம் மலர்தான். ஏனெனில் எங்கள் தாய்மொழி மராட்டி. அவர்கள் தமிழை எழுதப் படிக்கத் தெரிந்து கொண்டதும் இந்த இதழ் மூலமாகத்தான்.

நான்காம் துளி : நான் சமூக அறிவியல் ஆசிரியையாக இருப்பதால், நிறைய எடுத்துக்காட்டு களோடு பாடங்களை விளக்க வேண்டியுள்ளது. இம் மலரில் மலர்ந்த நிறைய விஷயங்களை எடுத்துக்காட்டு



• மங்கையர் மலருடன் வெள்ளி விழா கண்ட உஷா - நாராயணன் தம்பதி

வெள்ளி விழா காணும் தம்பதியர்

நன்றி

Sri Krishna Sweets
Private Limited

களோடு விளக்கி, மாணவர்களின் அறிவை வளர்த்துள்ளேன்.

- பி. உஷா குருராஜன், சென்னை - 72.

பேர் சொல்லும் பிள்ளை!

திருமணம் முடிந்து ஒரு கிராமத்தில் தனிக்குடித்தனம். இப்பொழுது போல் அப் பொழுது அவ்வளவு எளிதாக புத்தகம் கிடைக்காது. சர்க்கரை ஆலையில் இவருக்கு வேலை. அங்கு மகளிர் மன்றத்தில் புத்தகம் அனைத்தும் கிடைக்கும். வாங்கிப் படிப்பேன். நானும் மங்கையர் மலரோடு செழிப்பாக வளர்ந்தேன். 83-ம் வருடம் அழகான ஆண் குழந்தைக்குத் தாயானேன். கருவுற்றிருக்கும் போது மங்கையர் மலரில் ஒரு கட்டுரை வந்தது. நம் எண்ணம் போல்தான் வாழ்வும் அமையும் என படித்தேன். அதன்படியே என் குழந்தை அறிவாக இருக்கணும், ஆரோக்கியமாக இருக்கணும் என்ற எண்ணத்திலேயே இருப்பேன். எண்ணம் போலவே அமைந்ததுதான் ஆச்சரியம்.

எங்கள் பிள்ளை பள்ளியில் எப்போதும் முதல் மாணவன்! சமர்த்தாகப் படித்து 12-ம் வகுப்பில் ஆங்கிலத்தில் பள்ளியில் முதல் மாணவன். கணக்கில் முதல் மாணவன். நுழைவுத் தேர்வில் அதிக மதிப்பெண் என்று படிப்பில் மட்டுமல்லாது அனைத்திலும் அவனே முதல்வன்!

இன்று பேர் சொல்லும் பிள்ளையுடன் மங்கையர் மலரை ரசிக்கிறேன். உயர்ந்த இலட்சியங்களுடன் புது வருடத்தை நோக்கி மங்கையர் மலர் பொன் விழா - வைர விழா கண்டு என் பேரப் பிள்ளைகள் கையிலும் இந்த மங்கையர் மலர் தவழ எல்லாம்வல்ல அருட்பேராற்றலை வேண்டுகிறேன்.

- வி. சுதா, கரூர்.

ஆறுதல் தந்த மலர்!

நான் கிராமத்தில் இருந்து சேலத்துக்கு திருமணமாகி வந்தேன். சிறு வயது முதல் புத்தகம் படிப்பது எனக்கு மிகவும் விருப்பமானது. அதனால் என் கணவர் எனக்கு முதன் முதலாக மங்கையர் மலர் வாங்கிப் பரிசளித்தார். சமையல், குழந்தை வளர்ப்பு, வீட்டு நிர்வாகம், வைத்தியம் என அனைத்தையும் அறிந்து கொண்டேன். கல்வியின் பயன் பற்றி அறிந்து எனது குழந்தைகளை கல்வி கற்பதில்



• உஷாமணி, பெங்களூர்.

நன்றி
போத்தீஸ்

மங்கையர் சக்தி
மகத்தான சக்தி
மங்கையர் மலர் வெள்ளிவிழா

சிறந்தவர்களாக வளர்க்க முடிந்தது. வாழ்க்கையில் பல போராட்டங்களைச் சந்தித்தபோது யாரிடமும் கிடைக்காத ஆறுதல், தன்னம்பிக்கை சரியாக எடுக்க வேண்டிய முடிவுகள் மற்றும் ஆன்மிகப் பிரார்த்தனை செய்வது எப்படி போன்றவற்றை கற்றுக் கொண்டேன். இன்று மங்கையர் மலர் வாங்கித் தர எனது கணவர், மகன், மகள் மூவரும் நீ முந்தி நான் முந்தி எனப் போட்டியிடுகிறார்கள்.

- ஆர். மல்லிகா ராசு, சேலம் - 7.

கல்யாணச் சாப்பாடு போல....!

நம் மங்கையர் மலர் வெள்ளி விழா காண்பது குறித்து மிகவும் சந்தோஷம். இதே நேரத்தில் உங்கள் வாசகியாகிய நானும், என் கணவரும் வெள்ளி விழா திருமண நாள் கண்டோம். திருவண்ணாமலை மாவட்டம் அருகில் ஒரு கிராமத்தில் இருந்தோம்.

அப்போது எங்கள் ஊரில் மங்கையர் மலர் விற்க மாட்டார்கள். என் கணவர் வெளியூருக்குச் செல்லும் நேரங்களில தான் வாங்கிப் படிக்க முடியும். எனக்கு மங்கையர் மலர் புத்தகம் புதிதாக வீட் டுக்கு வந்து விட்டால கல்யாணச் சாப்பாடு இலை நிறைய ஸ்வீட்டுடன் பரிமாறியது போல் இருக்கும்.

- சாந்தி சேகர், திருவள்ளூர்.



• உஷா குருராஜன்

அன்பான கணவர்; ஆனந்த வாழ்வு

முதலில் நானும் என் கணவரும் 2006-ம் ஆண்டு வெள்ளி விழா திருமணநாள் கொண்டாடும் பாக்கியத்தை மங்கையர் மலரோடு பகிர்ந்து கொள்வதில் மிக்க பெருமை அடைகிறோம்.

அன்பும், ஆதரவும் விட்டுக் கொடுக்கும் சுபாவமும் எல்லோரிடத்தில் அனுசரித்துக் கொண்டு போவதும் இருந்து விட்டால் வாழ்க்கையில் எதுவுமே கஷ்டமாகத் தெரியாது என்பதுதான் நானும் என் கணவரும் அனுசரிப்பது.

என் கணவர் ஆர்மியில் இருப்பதால் நாங்கள் ஹரியாணா, உத்தரப்பிரதேசம், ராஜஸ்தான், ரஷ்யா, டில்லி, ஜம்மு, குஜராத், அஸ்ஸாம், மேகாலயா, கர்நாடகா என்று பல மாநிலங்களில் எங்கள் வாழ்க்கையை நடத்தியுள்ளோம். தற்பொழுது குழந்தைகள் படிப்பு காரணமாக நான் கர்நாடக மாநிலத்தில் தங்கியுள்ளேன். யாதும் ஊரே யாவரும் கேளிர் என்பது போல எங்கெல்லாம் போகிறோமோ அங்கெல்லாம் எங்களுக்கு எல்லோரும் உறவினர்தான்.

நாங்கள் எங்கள் 25 வருட வாழ்க்கையில் வெற்றிகரமாக சாதித்தது - நல்ல பல நண்பர்களை உருவாக்கிக் கொண்டது. பரந்த மனப்பான்மை, அன்பு, எப்பொழுதும் ஆனந்தமாக இருக்க வேண்டும் என்பதே.

மங்கையர் மலருக்கு எங்கள் வாழ்த்துக்கள்.

- உஷாமணி, பெங்களூர்.

நன்றி
OKJ
SINCE 1933
ORIGINAL KERALA JEWELLERS
74. USMAN ROAD

மங்கையர் சக்தி
மகத்தான சக்தி
மங்கையர் மலர் வெள்ளிவிழா



மங்கையர் மலர்
மங்கையர் மலர்
ஆண்டு மலர்
மங்கையர் மலர்
மங்கையர் மலர்
ஆண்டு மலர்
அன்றும் இன்றும்!
நன்றி
கல்யாணி கவரிங்
மற்றும்
ayush
மங்கையர் சக்தி மகத்தான சக்தி
மங்கையர் மலர் வெள்ளிவிழா

என்றும் உங்களுடன்

மங்கையர் மலர்

அனைத்து வாசகியருக்கும் இனிய வெள்ளி விழா அழைப்பிதழ். மகளிர் மாத இதழில் முடிசூடா ராணியாகத் திகழும் உங்கள் மங்கையர் மலரின் 25 ஆண்டுகள் நிறைவு பெற்றதையொட்டி சென்னையில் கோலாகலமான வெள்ளி விழா கொண்டாட்டம் பிப்ரவரி 26ம் தேதி நடைபெறவுள்ளது.

பெண்கள் மாத இதழில் வரலாற்றுச் சாதனையாக முதன் முதலாக வெள்ளி விழா கொண்டாடும் சிறப்பைப் பெற்றிருக்கும் உங்கள் மங்கையர் மலரின் இந்தப் பெருமையெல்லாம் அதன் இனிய வாசகியராகிய உங்கள் அனைவரையுமே சென்று சேரும்!

ஆகவே, வெள்ளி விழா நிகழ்ச்சியை உங்களது குடும்ப விழாவாகப் போற்றி அனைவரும் கலந்து கொள்ள வாரீர் என்று இருகரம் கூப்பி அழைக்கிறோம்.

வெள்ளி விழா நிகழ்ச்சிகள் காலை முதல் மாலை வரை நடைபெறவிருக்கின்றன. கான்சர் இன்ஸ்டிடியூட் டாக்டர் சாந்தா, திலகவதி ஐ.பி.எஸ். மற்றும் பல பிரமுகர்கள் கலந்து கொள்ளும் இவ் விழாவில்

நாள் : **26.02.2006 (ஞாயிற்றுக்கிழமை)**

பதிவு நேரம் : **காலை 8 மணி முதல் 9 மணி வரை**

இடம் : **காமராஜர் அரங்கம்,**
492, அண்ணா சாலை, தேனாம்பேட்டை,
சென்னை - 600 006.

சென்னையில் 26-ம் தேதி காலை 9.30 மணிக்குத் தொடங்கும் நிகழ்ச்சிக்கு இந்த கூப்பனுக்கு இருவர் அனுமதிக்கப்படுவர். **(ஆர்.)**

சென்னை - விழா கூப்பன்

வாசகியருக்கு பல போட்டிகளும், வழக்கம் போல் பரிசு மழையும் காத்திருக்கின்றன.

நிகழ்ச்சியில்...

- மங்கையர் மலர் வாசகியர் அனைவரும் கலந்து கொள்ளலாம்.
- சிறு குழந்தைகள், 12 வயதுக்குட்பட்ட சிறுவர்கள், கண்டிப்பாக அரங்கிற்குள் அனுமதிக்கப்பட மாட்டார்கள்.
- நிகழ்ச்சிகள் மற்றும் போட்டிகளில் வாசகியர் அவர்களது சொந்தச் செலவிலேயே வந்து கலந்து கொள்ளும்படி கேட்டுக் கொள்கிறோம்.
- இங்கு கொடுக்கப்பட்டிருக்கும் விழா கூப்பனுக்கு இருவர் அனுமதிக்கப்படுவர்.



அட்டையில் : ஸ்ரீவித்யா
படம் : ஸ்ரீஹரி

* போட்டி முடிவுகள் நிகழ்ச்சியின் இறுதியில்தான் அறிவிக்கப்படும். ஆகவே, நிகழ்ச்சி முடியும் வரை ஒவ்வொருவரும் அரங்கினுள் கட்டாயம் இருக்க வேண்டும்.
* காலை முதல் மாலை வரை நிகழ்ச்சி நடைபெறும். மதிய உணவு எல்லோருக்கும் வழங்கப்படும்.

வாசகியருக்குப் போட்டிகள்

போட்டி - I இந்தியப் பெண் சக்தி - வினாடி - வினா



இந்தியாவுக்குப் பெருமைசேர்த்த பெண்மணிகளைப் பற்றி ஒரு வினாடி-வினா. நாட்டின் சுதந்திரத்துக்காக, பெண்களின் வாழ்வின் முன்னேற்றத்துக்காகப் பாடுபட்ட பெண்மணிகள், உழைப்பால் உயர்ந்த பெண்மணிகள் ஆகியோரைப் பற்றிய கேள்விகள் கேட்கப்படும். இது ஒரு குழு நிகழ்ச்சியாக இருக்கும். ஒரு குழுவில் மூன்று வாசகியர் இடம்பெறலாம்.

வெள்ளி விழா அழைப்பிதழ்

போட்டி - II காலத்தின் கோலம்!

இது ஒரு பேஷன் ஷோ! அன்று முதல் இன்று வரை நமது நாகரிகம் நடை, உடை, பாணி போன்றவை எப்படி இருந்தன, எப்படி மாறியிருக்கின்றன என்பதை எடுத்துக்காட்டும் விதமாக இருக்கப் போகிறது இந் நிகழ்ச்சி.

இதுவும் ஒரு குழு நிகழ்ச்சிதான். ஒரு குழுவில் மூன்று வாசகியர் இடம்பெறலாம். உங்கள் குழுவில் யாராவது ஒருவர் இளமையாக (30 வயதுக்குள்) இருக்க வேண்டும். ஏனெனில் அவர்தான் காலத்தின் கோலமாக மேடையில் பூனை நடை போடப் போகிறார். (கூப்பனுடன் இவரது புகைப்படம் கட்டாயமாக இணைக்கப்பட வேண்டும்).

மேலும் இந் நிகழ்ச்சிக்குத் தேவையான உடை, நகை, மேற்படி

அட்டையில் : ஜியோத்சனா
படம் : டி.சி. நாகேஷ்



மங்கையர் சக்தி மகத்தான சக்தி
மங்கையர் மலர் வெள்ளிவிழா

அலங்காரங்கள் அனைத்தும் இதில் கலந்து கொள்ளப் போகும் வாசகியரே எடுத்துக் கொண்டு வர வேண்டும்.

போட்டி விதிமுறைகள் :

* இந் நிகழ்ச்சிகளில் சென்னை வாசகியர் அனைவரும் கலந்து கொள்ளலாம்.
* இரண்டு நிகழ்ச்சிகளுக்கும் முதல் நாள் தேர்வு நிகழ்ச்சி நடத்தப்படும். (இதற்குண்டான இடம், நேரம் பின்பு கடிதம் மூலம் தெரிவிக்கப்படும்).
* இத் தேர்வு நிகழ்ச்சிக்கு போட்டியில் கலந்து கொள்ளவிருக்கும் வாசகியர் அனைவரும் கண்டிப்பாக இடம்பெற வேண்டும்.
* நுழைவுத் தேர்வு மற்றும் விழாவில் கலந்து கொள்ள ஏற்படும் போக்குவரத்து மற்றும் இதர செலவுகள் அனைத்துக்கும் வாசகியரே பொறுப்பேற்றுக் கொள்ள வேண்டும்.
* தேர்வு நிகழ்ச்சியில் தேர்ந்தெடுக்கப்படும் குழுவில் உள்ள வாசகியரே மறுநாள் விழாவில் நடைபெறும் மேடை நிகழ்ச்சிக்கு அனுமதிக்கப்படுவார்கள்.
* அந்தந்தப் போட்டிக்குக் கொடுக்கப்பட்டிருக்கும் கூப்பனில் பெயர், விலாசம் எழுதி கூப்பனை ஆசிரியர், மங்கையர் மலர், 47 NP, ஜவாஹர்லால் நேரு சாலை, ஈக்காடுதாங்கல், சென்னை - 600 032 என்ற முகவரிக்கு அனுப்பவும். **கடைசித் தேதி: 10.2.2006**
* ஆசிரியர் தீர்ப்பே இறுதியானது.

போட்டி - I கூப்பன்

வினாடி - வினா நிகழ்ச்சி

பெயர்

1. ....
2. ....
3. ....

முகவரி : ....
....
....
....

தொலைபேசி எண் :

ஈமெயில் :

போட்டி - II கூப்பன்

பெயர்

1. ....
2. ....
3. ....

முகவரி : ....
....
....
....

தொலைபேசி எண் :

ஈமெயில் :

கூப்பன் அனுப்ப கடைசித் தேதி : 10.2.2006

மங்கையர் சக்தி மகத்தான சக்தி
மங்கையர் மலர் வெள்ளிவிழா

மங்கையர்களுக்கு

மகுடம் சூட்டிய மலருக்கு

வெள்ளிவிழா

மணக்க மணக்க வாழ்த்தும்

சுபம் கணேசன்



பக்தி மணம் கமழும் மனையின்
சுவை மணம் பரப்பும்

Subham GANESAN

for wedding with a Happy Ending...

MARRIAGE CATERING SERVICES

மற்றும்

சகல திருமண ஏற்பாடுகள்

Also Available
Subham
APPALAMS

Also Available
Subham
SNACKS

Awaiting to extend our services contact:

210, St. Mary's Road, MANDAVELI, Chennai - 28.
☎ 24616007 / 24933656 / 98410 19066
14, East Mada Street, MYLAPORE, Chennai - 4. ☎ 24953709
E-mail: subham_ganesan@sify.com | Visit us www.subhamganesan.com

ஒரு வாசகியின் அங்கலாய்ப்பு

மங்கையர் மலர் வெள்ளி விழா கொண்டாடுகிறது. வாசகர்களுக்கு இதைவிட சந்தோஷம் உண்டா? வாசகர்களுக்கு பங்குகொள்ள எத்தனை எத்தனை வாய்ப்புகள். ஆனால் எனக்கோ கைக்கு எட்டியது வாய்க்கு எட்டவில்லை. எப்படி என்கிறீர்களா? கேளுங்கள் கதையை.



பிப்ரவரி முதல் வாரம் வீட்டில் பெயிண்ட் அடிக்க தீர்மானம் செய்தோம். முதலாவதாக பிப்ரவரி மங்கையர் மலர் இதழைப் பத்திரப்படுத்தி வைத்தேன். வேலை காரணமாகப் படிக்க நேரமில்லை. வீட்டில் எல்லோரும் கூடி ஒன்று நிச்சயித்திருந்தோம். சென்டிமெண்ட் பார்க்காமல் பழைய சாமான்கள், புத்தகங்கள், எல்லாவற்றையும் ஒழிப்பது என்று. பிள்ளைகள் முதலிலேயே என்னிடம் எச்சரிக்கை விட்டார்கள். "அம்மா உனக்குத்தான் பழைய பொருட்களிடம் பற்று கூடுதல். நாங்கள் வேண்டாம் என்றால் வேணும்னு எடுத்து வைத்

கைக்கு எட்டியது...?

துக் கொள்ளாதே" என்றார்கள்.

முதல்கட்டமாக பரணிலிருந்து ஒவ்வொரு பழைய சாமான்களாக இறக்கப்பட்டன. தூசியும் அழுக்கும் படிந்த அந்தப் பொருட்களைப் பார்த்த எனக்கே தலைசுற்றியது.

"அம்மா இது என்ன? இந்தக் கனம் கனக்கிறது. இதற்குள் பூதம் ஏதாவது இருக்கிறதா" என்று இரண்டு அட்டைப் பெட்டிகளைப் பார்த்து கத்திக் கொண்டே மிகச் சிரமப்பட்டு அவற்றைக் கீழே இறக்கினான் என் பிள்ளை.

எல்லோரும் மிக ஆவலுடன் அதனைத் திறந்தனர். எனக்கோ அது என்னவென்று தெரியும். ஏனென்றால் அதை வைத்திருப்பவளே நான்தான்.

நன்றி
SOWBAGHYA®
The Grinder People

மங்கையர் சக்தி
மகத்தான சக்தி
மங்கையர் மலர் வெள்ளிவிழா

முத்தான 3 தொடர்கள்

கல்கி யில் வெளிவருகின்றன...



முக்கூர்
லக்ஷ்மிநரசிம்மாச்சார்யார்
அருளும்

குறையொன்றுமில்லை



மரபின் மைந்தன் முத்தையா
எழுதும்

வானவில் வயசு!



கு.ஞானசம்பந்தன்
எழுதும்

சினிமாவுக்குப் போகலாம் வாங்க!

படிச்சாச்சா..? ருசிச்சாச்சா..?

ஒரு வாசகியின் அங்கலாய்ப்பு

திறந்ததும் அதன் உள்ளே இருந்து சிரித்தாள். ஆம், சிரித்தவள் வேறு யாருமில்லை. நமது பழைய மங்கையர் மலர் இதழ்கள்தான். மாதம் மாதமாக சேர்த்து வருடவாரியாக அடுக்கி வைத்திருந்தேன்.

"அம்மா, மங்கையர் மலர் பிரசுரிக்க தொடங்கின காலம் முதல் உள்ள புத்தகங்களைச் சேர்த்து வைத்து இருக்காய். இதிலிருந்து ஒரு நாளாவது பழையதைப் புரட்டிப் பார்த்தாயா?" என்று கணவரும் பிள்ளைகளும் கேலி செய்தனர்.

என் எதிர்ப்பு தொடங்கியது. "இதைக் கொடுக்கக் கூடாது. இதில் உள்ள கட்டுரைகள், கதைகள், ரெசிபிகள் எல்லாம் 'நம்பர் ஒன்'. என் ஓய்வு காலத்தில் எனக்குத் தோழி இவள்தான்" என்று கூறினேன்.

"இத்தனை வருடங்களாகப் புரட்டாத இதை இனிமேலா புரட்டிப் பார்க்கப் போகிறாய். அம்மா ஒன்று செய். இரண்டாயிரத்து ஐந்தாம் ஆண்டு முதல் உன் கலெக்ஷனை தொடங்கிக் கொள்" என்று கூறி என் மனத்தை மாற்றினார்கள். கடைசியில் அவர்கள் பேச்சில் மயங்கி மனசில்லா மனசுடன் அவளைப் பிரிய சம்மதித்தேன். இரண்டாயிரத்து ஐந்து ஜனவரி இதழைப் பத்திரப்படுத்தி வைத்தேன். மனத்தில் மட்டும் ஓர் உறுத்தல். ஏதோ விலைமதிக்க முடியாத இரத்தினம் என்னிடமிருந்து சென்று விட்டது போல்.

பரண் காலி. நானே அகமகிழ்ந்து கொண்டேன். சுத்தம் சோறு போடும். சுத்தமாக அடைசல் இல்லாமல் இருக்கும் பரணைப் பார்க்கவே மனசுக்கு சந்தோஷமாக இருந்தது.

அதன் பிறகு பிப்ரவரி இதழை ஆவலுடன் கையில் எடுத்தேன். வெள்ளி விழாவில் வாசகர்கள் பங்கேற்க எத்தனை எத்தனை போட்டிகள். திடீரென்று ஓர் அறிவிப்பைப் பார்த்ததும் கண்ணை இருட்டிக் கொண்டு வந்தது. சே! முதல் தேதியே இதனைப் புரட்டிப் பார்த்திருக்கக் கூடாதா? ஆம் பழைய மங்கையர் மலரிலிருந்து 'மணிமங்கை' போட்டி அறிவிப்பு. நான் பொக்கிஷமாக வைத்திருந்தும் கைநழுவிப் போனதும் இப்போது வாய்ப்புகள் வந்துள்ளதும் என்னால் துயரத்தை அடக்க முடியவில்லை. பிள்ளைகளிடமும், கணவரிடமும் மனக்குமுறலை கொட்டினேன்.

"அம்மா பழையதை எழுதி நீ பரிசு வாங்க வேண்டாம். புதியதாக எழுத முயற்சி பண்ணு. உனக்கே வெற்றி" என்று என்னைச் சமாதானப்படுத்தி உற்சாகமூட்டினார்கள் பிள்ளைகள். ஆனாலும் கைக்கு எட்டியது வாய்க்கு எட்டவில்லை என்ற அங்கலாய்ப்பு மாத்திரம் மனத்தில் தங்கி நிற்கிறது.

- ஆர். ஸ்ரீமதி ராமஸ்வாமி.

நன்றி

SUPER AUDIO மற்றும் Maha BEAUTY PARLOUR

மங்கையர் சக்தி மகத்தான சக்தி

மங்கையர் மலர் வெள்ளிவிழா

வெள்ளிவிழா நினைவலைகள்...



'மங்கையர் மலர்' 2003ல் வெளிவந்த சிறுகதை 'எச்சுமி பாட்டி எம்.ஏ. படிக்கிறாள்' என்ற சிறுகதை என் மனதை மிகவும் கவர்ந்தது. 10வது வரை படித்து திருமணமாகி பேரன், பேத்தி எடுத்த எனக்கும் எம்.ஏ. படிக்கும் ஆசை வந்தது.

குடும்பத்தில் அனைவரும் படித்தவர்கள். கணவர் சி.ஏ., மகள் புரொபசர், மகனும், மருமகளும் மருத்துவர்கள் ஆக எல்லோரும் என் எம்.ஏ. ஆசைக்கு ஊக்கம் கொடுத்தனர். அதற்கான வழிமுறைகளை ஏற்படுத்தி என்னை அண்ணாமலைப் பல்கலைக்கழகம் அஞ்சல் வழிக் கல்வியில் சேர்த்து விட்டனர். நானும் உற்சாகமாகப் படித்து அரியர்ஸ் எதுவும் வைக்காமல் படித்து பாஸ் செய்து விட்டேன் என்னுடைய 55 வயதில் நான் எம்.ஏ. பட்டம் வாங்கியதற்கு முழு முதற்காரணம் 'மங்கையர் மலர்தான்' நன்றி.

- கனகாம்பாள்.

ஸ்ரீ ராமஜெயம் | ஜெய்பத்ரிவிசால்

K.R. SANKARAN



(Tour Operators & Transporters since 1967)
6/55. W.E.A Karolbagh, New Delhi - 110 005.
Phone: 25736743, 25740769. Tele fax: 011 - 25745700
Cell : 09810169302, 9868532927 E-mail: krsankaran _co@hotmail.com

வட இந்திய புனித யாத்திரைகள்/சுற்றுலாக்கள்

1. ஸாலக்ராமம் - முக்திநாத் - பசுபதிநாத் - 15 நாட்கள் - புறப்படும் தினம் April 12 - Cost Rs. 8000/- + 12000/- (for Helicopter charge)
2. பத்ரிநாத் (மட்டும்) - 7 நாட்கள் புறப்படும் தினம் : May 12, - Cost Rs. 4200/-
3. பத்ரிநாத் - கேதார்நாத் - 10 நாட்கள் புறப்படும் தினங்கள்: May 12, 19, 31 June 10, 24 - Cost Rs.6000/-
4. பத்ரிநாத் - கேதார்நாத் - கங்கோத்ரி - யமுனோத்ரி - 14 நாட்கள் புறப்படும் தினம்: May 19 - Cost Rs. 8000/-
5. நைனிடால் - குமான் மலைத்தொடர் - பாதாள சிவ சக்தி தரிசனம் - 10 நாட்கள் புறப்படும் தினம்: April 16, May Also - Cost Rs 6000/-
6. அமர்நாத் - வைஷ்ணவிதேவி - குருக்ஷேத்திரம் - 15 நாட்கள் புறப்படும் தினம்: ' August 4, Cost Rs. 8200/-
7. கைலாஷ் - மானஸரோவர் - 18 நாட்கள் புறப்படும் தினம் : June 6, - costs 70000/- (Delhi)/ Rs 75000/- (Chennai)
8. பஞ்சபத்ரி - பஞ்சகேதார் - பஞ்சதுவாரகை, 12 ஜோதிர்லிங்கம் - ஸ்ரீலங்கா மற்றும் பல இடங்கள் - பஸ், வேன், கார் ஏற்பாடுகள்

மேற்கண்ட எல்லா யாத்திரைகளும் டெல்லியிலிருந்து சௌகர்யமான பஸ், தங்கும் இடம், தென்னிந்திய பிராமணர்களால் தயாரிக்கப்படும் ஆகாரங்கள், அனைத்து வசதிகளுடன், இதுவரை கலந்து கொண்ட யாத்ரீகர்களின் அன்பையும், ஆதரவையும் பெற்ற நிர்வாகஸ்தர் Sri K.S ஹரிஹரன் சங்கரன், (S/0. Late Sri. K.R. சங்கரன்) இந்த யாத்திரையை நடத்துகிறார்.

மேலும் விவரங்களுக்கு எங்களை அணுகவும்.

1. S.V. Raghavan, Old No.155, (Ist Floor) Vellala Street, Purasawalkam, Chennai - 600 084 Ph: 26613011, 26614072, (Res:) 25280304, Cell: 9444012331, 9444351415
2. Smt. Lakshmi Ramachandran, 993/24, West Agraharam Street, Bikshandar Kovil - 621216. Trichy Dt. Phone: 0431 - 2591374, (2591774PP)
3. Smt. Bhuvaneswari (Arunachalam) C/o. Land Mark Group, P.O.Box, 25030 Dubai (UAE) Phone: (Cell) 050 - 3989421
4. Sri Vaideeswaran, Riyadh - (Saudi - Arabia) Ph: 00966 - 1 - 4054212, Cell: 0507163182

தங்கமே

நூறு வயது வரை வாழ்வதென்பது எவ்வளவு கடினமான விஷயமோ அதைவிடக் கடினமானது ஒரு வியாபார நிறுவனத்தை நூறு வருடங்களையும் தாண்டி நிலைத்திருக்கச் செய்வது. சென்னையின் பாரம்பர்யமிக்க வியாபார ஸ்தலங்களில் ஒன்று உம்மிடி பங்காரு ஜுவல்லர்ஸ். இதன் இன்றைய வயது - நூற்றி ஆறு! தங்க நகை வியாபாரம் செய்வதாலோ என்னவோ தங்கம் போல் அழியாப் புகழ் பெற்று வரும் வி.பி.ஜேயின் இன்றைய தலைமுறையைச் சேர்ந்த ஜிதேந்திராவைச் சந்தித்தோம். தங்களது பாரம்பர்யம், வியாபார முன்னேற்றம், மக்களின் விருப்பங்கள் அனைத்தையும் நம்மிடம் பகிர்ந்து கொண்டார்.

"நூறு வருடங்களாக மக்கள் எங்களுடைய பாரம்பர்ய நிறுவனத்துக்கு ஆதரவு அளித்து வருவதற்கான மிக முக்கியக் காரணமாக நாங்கள் எண்ணுவது, எந்தச் சந்தர்ப்பத்திலும் கைவிடாத எங்களின் தரம்தான். பொருளில் தரம் இல்லாவிட்டால் அப்பொருளை நாங்கள் தொட்டுக் கூட பார்க்க மாட்டோம்.

உம்மிடி என்பது எங்கள் குடும்பத்தின் பெயர். பங்காரு என்றால் தங்கம் என்று அர்த்தம். தாத்தாவின் அப்பாவான உம்மிடி பங்காரு செட்டியார் அவர்களால் சென்னை சௌகார்பேட்டையில் 1900-ம் வருடம் சிறிய அளவில் ஆரம்பிக்கப்பட்டதுதான் உம்மிடி பங்காரு ஜுவெல்லர்ஸ். வாழையடி வாழையாக, தொடர்ந்து தங்க நகை வியாபாரத்தில் எங்கள் முன்னோர்கள் ஈடுபட்டு வந்தனர். மேலும் ஒரு பிரிவாக, 1980-ல் தந்தையின் சகோதரர்களுக்குள் பிரிவு ஏற்பட்டு தனியாக எனது தந்தையால் ஜெமினி மேம்பாலத்துக்கு அருகில் உள்ள ராணி சீதை வளாகத்தில் புதிதாக ஆரம்பிக்கப்பட்டது உம்மிடி பங்காரு ஜுவெல்லர்ஸ். நாளடைவில் அம்மா உம்மிடி ஷியாமளாவும் அப்பாவுக்கு உறுதுணையாக வியாபாரத்தில் ஈடுபட்டார்.

அமரேந்திரா



உலகிலேயே சென்னையில்தான் நகை மலிவாகக் கிடைக்கிறது தெரியுமா! இந்தியாவில் விற்பனையாகும் நகைகளில் நாற்பது சதவிகிதம் தென்னிந்தியாவில் தான் விற்பனையாகிறது. நீங்கள் உபயோகப்படுத்தும் பொருளில் ஒன்றை உங்களால் விற்க முடிகிறது என்றால் அது நிச்சயம் தங்க நகைகள்தான். Assaying centre என்கிற இந்திய அரசாங்கத்தின் சோதனை மையங்கள் அனைத்து பெரு நகரங்களிலும் உள்ளது. இவர்கள் 916 ஹால்மார்க் தங்கத்துக்கான சான்றிதழ்களை வழங்குவார்கள். இது மாதிரியான நகைகளை இந்தியா முழுவதும் ஏற்றுக் கொள்வார்கள். எங்களுடைய அனைத்து நகைகளும் ஹால்மார்க் முத்திரை பதித்தவைதான்.

எப்படி பட்டுக்கு காஞ்சிபுரமோ அது போல் வைரத்துக்கு பெல்ஜியம். அங்கு சென்று நாங்கள் வைரம் சம்பந்தமான படிப்பு படித்திருப்பதால் எங்களால் இத்தொழில் மேலும் புரொபஷனலாக இயங்க முடிகிறது. மும்பை ஜெம்மாலஜி இன்ஸ்டிடியூட் எங்களது வைரத்தின் தரத்துக்கு சான்றிதழ் அளித்துள்ளது.



• ஜிதேந்திரா

புதிது புதிதாக நகைகள் அணிவதற்கான சந்தர்ப்பங்களும் விழாக்களும் இன்று நிறைய உள்ளன. பிளாட்டினம் நகைகளையும் (ஒரு கிராம் விலை ரூ.1900) மெல்லிய எடை கொண்ட தங்க நகைகளையுமே இன்றைய தலைமுறையினர் விரும்புகின்றனர். (அதே சமயம் மக்களின் விருப்பங்களும் ஊருக்கு ஊர் வேறுபடுகிறது) நவநாகரிக உலகத்தில் மக்கள் அதிகம் விரும்புவது எது தெரியுமா? பாட்டி காலத்திய பாரம்பரிய டிசைன்கள்தான். குந்தன், ஜடாவ், பழச்சன் போன்ற பாரம்பர்ய டிசைன்கள் அதிகமாக விற்பனையாகிறது. ராஜஸ்தான் வகையான குந்தன் நகைகளில் கற்களைச் சுற்றிலும் 24 கேரட் தங்கம் பொருத்தியிருக்கும். இது போன்ற நகைகள் காலத்துக்கும் பத்திரமாக பாதுகாக்கப்பட வேண்டியவை.

எங்கள் முன்னோர்கள் வியாபாரம் செய்த காலத்தில் ஒரு கிராம் தங்க நகையின் விலை பதின்மூன்றாக இருந்தது. ஐந்து வருடங்களுக்கு முன்பு நாநூறு ரூபாய். இன்று எழுநூற்று ஐம்பது ரூபாய் வரைக்கும் வந்து விட்டது. ஆயினும் தங்க நகைக்கு மட்டும் என்றும் அழிவே இல்லை.

நம்பிக்கைக்குரிய வாடிக்கையாளர்களுக்கு நாங்கள் அதிக முக்கியத்துவம் அளிப்போம். அவர்கள்தான் எங்களைப் பற்றி நல்லவிதமாக அடுத்தவர்களிடம் எடுத்துச் சொல்பவர்கள். மக்களின் விருப்பங்கள் மாற மாற, நாங்களும் அதற்கு எங்களை ஆயத்தப் படுத்த வேண்டியிருக்கிறது. அடுத்தகட்டமாக இணையதளம் வழியாக உலகம் முழுக்க வியாபாரம் செய்ய உள்ளோம்.

தங்கம்!



இறுதியாக தங்க நகை வாங்குபவர்களுக்கு எங்களுடைய ஒரே அறிவுரை:

'தங்க நகை வாங்க வேண்டும் என்று எண்ணுகிறீர்களா, உடனடியாக வாங்கி விடுங்கள். ஏனெனில் காலம் பொன் போன்றது.'

- ச.ந. கண்ணன்; படங்கள்: **ஓம்**

மங்கையர் சக்தி மகத்தான சக்தி

மங்கையர் மலர் வெள்ளிவிழா

வளையல் வாங்கித் தந்த மங்கையர் மலர்

டிசம்பர் 1997 மங்கையர் மலரில் வெளியாகி முதற்பரிசு தட்டிச் சென்ற, லால்குடி சு. விஜயபாரதியின் வெஜிடபிள் வினோதங்கள் (பக்.110) எனும் காய்கறிகளால் செய்யப்பட்ட கேக், இனிப்புப் பூரணம், அல்வா மற்றும் அதே காய்கறிக் கூழில் அவர் படைத்த ஊறுகாயும் (தொக்கு) என் வாழ்வில் நான் பெற முடியாத பரிசையும் மறக்க முடியாத பாராட்டையும் பெற்றுத் தந்தது.

அப்பொழுது என் பிள்ளைக்குப் பிறந்த நாள். முன்னேற்பாடாக பிறந்த நாளுக்கு செய்வதற்கு எதுவுமே வாங்கி வைக்கவில்லை. திடீரென என் மாமியார், நாத்தனார், அவர் கணவர், குழந்தைகள் சகிதம் வீட்டுக்கு வந்து விட்டனர். என் மகன் பிறந்த நாளுக்கு வீட்டிலேயே ஏதாவது செய்து தரும்படி மாமியார் அன்புக் கட்டளையிட்டார். அப்போதுதான் வீட்டில் மைதா, கடலை மாவு என எதுவுமில்லாதது மண்டையில் உரைக்க, மங்கையர் மலரில் அன்று படித்த வெஜிடபிள் வினோதங்கள் நினைவுக்கு வந்தது. உடனே



செயலில் இறங்கி, வெற்றிகரமாக ஒரே கல்லில் சாரி... சாரி ஒரே மாவில் மூன்று இனிப்புகளையும் செய்து அசத்தி விட்டேன். மாமியார் தன் வாழ்நாளில் அதுபோன்ற இனிப்பைச் சாப்பிட்டதேயில்லை என்று கூறித் தன் கையிலிருந்த மூன்று பவுன் வளையல்களையும் பாசத்தோடு பரிசளித்தார்கள். யாவரின் அன்பு மற்றும் பாராட்டு மழையில் நனைந்த எனக்கு ஜலதோஷமே பிடித்து விட்டது. மாமியார் மற்றும் நாத்தனார் மெச்சிய மருமகளென்ற கிரீடத்தையும் என் அன்புக் கணவர் சூட்ட ஆனந்தக் கடலில் மூழ்கியே விட்டேன்!

- இராஜி ரமணி, புதுதில்லி.

நன்றி

மற்றும் Vijay

நன்றி

KPN மற்றும் PVG

முதல் பரிசு : டேபிள் டாப் வெட் கிரைண்டர்

பரிசு பெறும் அதிர்ஷ்டசாலி : ஜே. கல்யாணி, ஸ்ரீரங்கம்.

பொருள் : வள்ளிக்கிழங்கு

இம்மாத இல்லத்தரசி

மல்டி பர்பஸ் வள்ளிக்கிழங்கு வரட்டி



தேவையானவை :

வள்ளிக்கிழங்கு - 1 கிலோ,
வெல்லம் - ¾ கிலோ,
பெரிய தேங்காய் - 1,
நெய் - 6 ஸ்பூன்,
ஏலப்பொடி - 1 ஸ்பூன்.

செய்முறை :

வள்ளிக் கிழங்கை வேகவிட்டு தோலுரித்து நன்றாக மசித்துக் கொள்ளவும். தேங்காயைத் துருவி மிக்ஸியில் ஒரு ஓட்டு ஓட்டவும்.

• காமாக்ஷி சுந்தரம்

• மைதிலி

வெல்லத்தை நீர் விட்டு பாகு காய்ச்சவும். வெல்லம் கரைந்ததும் வடிகட்டி கல், மண் நீக்கவும். பின் நல்ல கெட்டிப்பாகு காய்ச்சவும். மசித்த வள்ளிக் கிழங்கு, தேங்காய் அரைத்தது இவற்றைப் போட்டு நன்றாகக் கிளறவும். ஏலப்பொடி, நெய் விட்டுக் கிளறவும். நீர் பசை இல்லாமல் உருண்டு, திரண்டு வர வேண்டும். இறக்கி ஆற வைத்து, மூடி போட்ட பாத்திரத்தில் வைத்து மூடவும். இதுவே வள்ளிக்கிழங்கு வரட்டி. ஃப்ரிட்ஜில் வைக்கவும்.

நான்கு மாதம் வரை கெடாது. இதைத் தேவையான போது எடுத்து சுடவைத்து அப்படியே சாப்பிடலாம். இதை வைத்துக் கொண்டு, தேவையான நேரத்தில்





• மைதிலி சுந்தரம்



• லெட்சுமி செல்வம்

தேவையான ஐட்டத்தைச் செய்தும் சாப்பிடலாம்.

கீர் : 1 கப் வள்ளிக் கிழங்கு வரட்டியை மிக்ஸியில் போட்டு 1 கப் பால் விட்டு ஒரு ஓட்டு ஓட்டி, பின் 4-5 கப் பால் கலந்து ஃப்ரிஜ்ஜில் வைத்து ஜில் கீர் சாப்பிடலாம்.

சூடான கீர் வேண்டுமென்றால் சூடான பால் சேர்த்துச் சாப்பிடவும்.

பிரதமன் :

வள்ளிக் கிழங்கு வரட்டியை மிக்ஸியில் இட்டு இரண்டாம் தேங்காய்ப் பால் விட்டு அரைக்கவும். வாணலியில் விட்டுக் கொதிக்க வைத்து, முதல் தேங்காய்ப் பாலை விடவும். அற்புதமான வள்ளிக்கிழங்கு பிரதமன் ரெடி.

இனிப்பு தோசை :

மைதாவை மெலிதாகக் கரைக்கவும். பால் விட்டுக் கரைக்கலாம். சிட்டிகை உப்புப் போட்டு, தோசை போல் சுடவும். கொஞ்சம் நெய் விட்டு, தோசையை திருப்பிப் போட்டு, வள்ளிக்கிழங்கு வரட்டியை 2 ஸ்பூன் பரத்தி தோசையைச் சுருட்டவும். இனிப்புத் தோசை ரெடி. இலை அடை அல்வா கேக்.

- ஜே. கல்யாணி, ஸ்ரீரங்கம்.

இரண்டாம் பரிசு ரூ. 300/-

நூடுல்ஸ் நெஸ்ட்

தேவையான பொருட்கள் :

சர்க்கரை வள்ளிக்கிழங்கு - 500 கிராம்,
கெட்டி தேங்காய்ப் பால் - 6 மேசைக்கரண்டி,
வெல்லம் - 60 கிராம் (சுமார் ஒரு கரண்டி),
ஏலப்பொடி - கொஞ்சம்,
எம்.டி.ஆர். பாதாம் மிக்ஸ் - 3 மேசைகரண்டி,
வெளுப்பான புதிய தேங்காய்த் துருவல் - 1 கப்,
சிட்டிகை உப்பு.

அலங்கரிக்க :
நெய்யில் வறுத்த முந்திரித் துண்டுகள்.

செய்முறை :

சர்க்கரை வள்ளிக்கிழங்கை வேகவிட்டு எடுத்து தோல் உரித்து நன்றாக மசித்துக் கொள்ளவும். தேங்காய்ப் பாலை சூடாக்கி, வெல்லம் சேர்த்து அது கரைந்ததும் எடுத்து ஆறவிட்டு, மசித்த கிழங்கில் சேர்த்து, ஏலப்பொடி, பாதாம் மிக்ஸ் தூவி நன்றாகப் பிசைந்து ஓமப்பொடி அல்லது தேன்குழல் அச்சில் போட்டு அழகான வட்டங்களாக, தனி ப்ளேட்டில் (சிறிய) பிழியவும். தேங்காய்த் துருவலில் சிட்டிகை உப்பு சேர்த்து, பிசிறி, நூடுல்ஸாகப் பிழிந்த சர்க்கரை வள்ளிக்கிழங்கு நெஸ்டில் தூவி, நெய்யில் வறுத்த முந்திரித் துண்டுகளைத் தூவிப் பரிமாறவும்.

- காமாக்ஷி சுந்தரம், சென்னை - 30.

மூன்றாம் பரிசு ரூ. 200/-

சர்க்கரை வள்ளிக்கிழங்கு புளிப்பு மசியல்

தேவையான பொருட்கள் :

வள்ளிக்கிழங்கு - ¼ கிலோ,
புளி - 50 கிராம்,

Own Your Dream HOME or BUSINESS Space in

ROYAL CITY

Chatram Bus Stand, Chinthamani, Trichy -2.



SPECIAL FEATURES

- *Many Leading Colleges and Schools at Walkable Distance*
- *Adjacent to Chatram Bus-Terminal*
- *Good Rental Value*
- *Scope for Best Appreciation*
- *Best of Specifications and Materials*
- *2 Bed Flats range from 795 sq.ft to 1130 sq.ft*
- *3 Bed Flats Range from 1276 sq.ft to 1481 sq.ft*

Royal Shelter

B-11, 1st Cross (East), Thillainagar, Trichy - 18.

Ph : 0431-2766466, 5541272. Cell : 98424-66466 / 66866/66496

e-mail : royalshelter@yahoo.com

தாளிக்க கடுகு - 1 டீஸ்பூன்,
உ. பருப்பு - 1 டீஸ்பூன்,
க. பருப்பு - 1 டீஸ்பூன்,
வேர்க்கடலை - 1 டேபிள் ஸ்பூன்,
வறுத்து அரைத்தது :
என்ளு - 1 டேபிள் ஸ்பூன்,
தனியா - 1 டேபிள் ஸ்பூன்,
மிளகாய் - 4 (சிவப்பு)
வெந்தயம் - 1 டீஸ்பூன்,
உப்பு - தேவையான அளவு,
எண்ணெய் - 100 கிராம்.

செய்முறை :

வள்ளிக்கிழங்கை கொப்பரை சீவியில் துருவிக் கொள்ளவும். தாராளமாக எண்ணெய் விட்டு கடுகு, உ. பருப்பு, க. பருப்பு, வேர்க்கடலை தாளித்து துருவலைக் கொட்டி அதில் கெட்டிப் புளியாகக் கரைத்து விட வேண்டும். இலுப்பச் சட்டியில் என்ளு, தனியா, மிளகாய், வெந்தயம் எண்ணெய் விடாமல் வறுத்து மிக்ஸியில் பொடி செய்ய வேண்டும். நன்றாகக் கொதித்து வந்ததும் வறுத்து அரைத்த பொடி போட்டு, எண்ணெய் தளும்பி வந்ததும் உப்பு, கொட்டைப் பாக்கு அளவு வெல்லம் போட்டு இறக்க வேண்டும். இனிப்பும், புளிப்புமாகச் சாப்பிட சுவையாக இருக்கும்.

- மைதிலி, சென்னை - 101.

ஆறுதல் பரிசு ரூ. 100/-

சர்க்கரை வள்ளி பிஸ்கட்

தேவையான பொருள்கள் :
சர்க்கரை வள்ளிக்கிழங்கு - 2,
கோதுமை மாவு - 1 கப்,
அரிசி மாவு - 3 டேபிள் ஸ்பூன்,
மைதா மாவு - 2 டேபிள் ஸ்பூன்,
பொடித்த சர்க்கரை - 4 டேபிள் ஸ்பூன்,
கரகரப்பாகப் பொரித்த முந்திரி, கடலை - 2 டேபிள் ஸ்பூன்,
உப்பு - துளி,
பொடித்த ஏலக்காய் - ¼ ஸ்பூன்,
குங்குமப்பூ - ¼ ஸ்பூன்,
டால்டா - 3 டேபிள் ஸ்பூன்,
கெட்டியான தேங்காய்ப் பால் - ½ கப்,
எண்ணெய் - தேவைக்கு ஏற்ப (பொரித்து எடுப்பதற்கு)

செய்முறை :

சர்க்கரை வள்ளிக்கிழங்கை வேகவைத்துத் தோல் உரித்து நன்றாக மசித்து வைத்துக் கொள்ள வேண்டும். அதனுடன் மற்ற சாமான்கள் அனைத்தையும் ஒன்றாகக் கலந்து, கெட்டியான தேங்காய்ப் பாலைச் சிறிது சிறிதாக அதில் ஊற்றிப் பிசைய வேண்டும். அத்துடன் டால்டாவைக் கலந்து நன்றாகப் பிசைந்து சப்பாத்தி மாவு பதத்திற்கு வந்தவுடன், அவற்றை ஒரு மணி நேரம் ஊறவிட வேண்டும். அப்பொழுதுதான் மிருதுவாக இருக்கும்.

பிறகு, சப்பாத்திக் கட்டையில் வைத்து கொஞ்சம் மொத்தமாகப் போட்டு, சிறு டப்பாக்களை அவற்றின் மீது வைத்து, பிஸ்கட் மாதிரி கட் செய்து வாணலியில் எண்ணெய் ஊற்றி மிதமான சூட்டில் வைத்துப் பொரித்து எடுத்துத் தட்டில் அடுக்கி அதன் மீது சர்க்கரையைத் தூவினால் மிகவும் இனிமையாக இருக்கும்.

- லெட்சுமி செல்வம், நாகை.



வெண்டைக்காய்களை சிறு சிறு துண்டுகளாக வெட்டி, ஒரு பேப்பரில் பரவலாக தூவி, மற்றொரு பேப்பரால் மூடவும். அரை மணி நேரத்திற்குப் பிறகு, அதை வைத்து பொரியல் செய்து பாருங்கள். கொஞ்சம் கூட பிசுபிசுப்பே இருக்காது. எண்ணெயும் அதிகம் தேவைப்படாது.

- குர்ஷீத் அஷ்ரப்.



மதுரை ஐகோர்ட் கிளையிலிருந்து 7கி.மீல்



A.P. டவுன்ஷிப்

Plot Category	Plot Size	Plot Area	Plot Cost
Regular Plot	40 Ft. x 60 Ft.	2400 Sq.ft.	Rs. 1.35* Lac
Corner Plot	40 Ft. x 60 Ft.	2400 Sq.ft.	Rs. 1.60* Lac

* Conditions apply

(மதுரை–சென்னை ரோடு
அருகே அலங்காநல்லூர்)
50 ஏக்கரில் சகல வசதிகளுடன்
600 வீட்டு மனைகள்



வீட்டுமனை வாங்க நம்பிக்கையான, ராசியான நிறுவனம்

S.T. PROMOTERS

Plot No. 650, K.K. நகர் மெயின் ரோடு, மதுரை – 20
Promoters: S.தமிழரசன் M.E.,
Telefax: 0452-2584287
Cell: 94440 68790 Ph: 0452-2584288

அலோஹாவின் அதிவேக கணிதம்

- பத்து மடங்கு அதிக வேகத்தில் கணக்கிட
- தேர்வு நேரங்களில் நேரத்தை மிச்சப்படுத்த
- கணிதப் பாடத்தில் அதிக மதிப்பெண் பெற்றிட
- முழு கணக்கினையும் திரும்பவும் கணக்கிடாமல் விடைகளை சரிபார்க்க
- பாடப் புத்தகத்திலுள்ள அனைத்து கணக்குகளின் விடைகளையும் சுலபமான முறையில் சரிபார்க்க
- கழித்தல் கணக்குகளில் கடன் வாங்கும் முறை இல்லாமல் தீர்வு காண
- பெருக்கல் கணக்கில் ஒரே படியில் விடைகளை அறிந்து கொள்ள
- அனைத்து கணக்குகளையும் மனக்கணக்கின் மூலம் கணக்கிட
- தேர்வில் சிறு சிறு தவறுகளை தவிர்க்க

$19998889^2 + 29999988^2 = ?$
கால்குலேட்டர் உதவி இல்லாமல் இந்த கணக்கை Aloha Speed Maths பயிலும் குழந்தைகளால் சில விநாடிகளில் தீர்வு காணமுடியும்.

2006 - அரசுத் தேர்வு எழுதும் 10வது மற்றும் 12வது வகுப்பு மாணவர்களுக்கான சிறப்பு பாடத்திட்டம் வடிவமைக்கப்பட்டுள்ளது.



ALOHA® Speed MATHS

Tel : 044 - 2461 3262 / 2461 6268

Further Details contact :

ALOHA INDIA

(A Division of KK Academy (P) Ltd) An ISO 9001 : 2000 Certified Company
No.32, 1st Main Road, R.A.Puram, Chennai - 28. Tamilnadu, India.
E-mail : info@alohaindia.com Web : www.alohaindia.com

Become our Franchisee & join the successful ALOHA family

மீண்டும் வசந்தம்
Since 1990
Temple of Re-marriage
Re-marriage Exclusively for
Divorcees, Widows, Widowers, All Caste, Religion, Age/with or without issue
10000 மறுமணம்... நடத்தி வைத்த மாமனிதர்
திரு. **வசந்த்**



தலை சிறந்த பத்திரிகைகளால் பாராட்டு பெற்ற நிறுவனம்

இந்தியாவின் RE-MARRIAGEக்காக தனிப்பட்ட முறையில் செயல்படும் ஒரே நிறுவனம் Sun TV முதல் Star TV வரை கல்கி முதல் Hindu வரை சேவாரத்னா விருதும், பாராட்டுகளும் பெற்ற நிறுவனம்

குறிப்பு: வாழ்க்கையில் பாதிக்கப்பட்ட ஆண்/பெண், நண்பர்கள் (அ) உறவினர்கள் யாராக இருந்தாலும் மறுவாழ்வு ஏற்பட எங்கள் முகவரி கொடுத்து உதவுங்கள். உங்கள் தோஷம் நிவர்த்தியாகும்.

VASANTHAM MARRIAGE SERVICE (Regd)
20, Balaji Nagar, 2nd Street,
Royapettah, Chennai - 600 014
Phone : 91-44-52148651/28130103
Cell : 9382141999/09840251110
www.remarriagematrimony.com
www.indiaremarriage.com
E-mail : info@remarriagematrimony.com

ஆறுதல் பரிசு ரூ. 100/-

சர்க்கரை வள்ளி ஊறுகாய்

தேவையானவை :
சர்க்கரை வள்ளி - ¼ கி
(பொடியாக அரியவும்),
பச்சை மிளகாய் - 8-9
(பொடியாக அரியவும்),
இஞ்சி - 1 துண்டு
(பொடியாக அரியவும்),
புளி - எலுமிச்சை அளவு,
தனிக்காரப் பொடி - 3 தேக்கரண்டி,
பெருங்காயப்பொடி - ½ தேக்கரண்டி,
கடுகு - ½ தேக்கரண்டி,
வெந்தயம் - ¼ தேக்கரண்டி,
உப்பு - ருசிக்கேற்ப,
நல்லெண்ணெய் - 150 கிராம்.

செய்முறை :

வாணலியில் நல்லெண்ணெய் காய்ந்தவுடன் கடுகு, வெந்தயம் தாளித்து, சர்க்கரைவள்ளி, இஞ்சி, ப. மிளகாயைச் சேர்க்கவும். நன்கு வதக்கவும். ½ பதம் வதங்கியதும் புளியைக் கெட்டியாகக் கரைத்து விட்டு, தனி மிளகாய்ப் பொடி, உப்பு சேர்த்து வதக்கவும். அடுப்பை சிம்மில் வைக்கவும். நன்கு சுருள ஆரம்பித்ததும் பெருங்காயப் பொடி தூவி இறக்கவும். மிகவும் வித்தியாசமான சுவையான ஊறுகாய் தயார்.

சப்பாத்தி, பூரி, இட்லி, தோசை போன்ற அனைத்துக்கும் ஏற்ற சைட் டிஷ். கைபடாமல், பாதுகாத்தால் 10 நாள் வரை கெடாது.

- மைதிலி சுந்தரம், சென்னை - 7.

பிரசுரத்திற்கு...

சர்க்கரை வள்ளிக்கிழங்கு இலை அடை

தைப்பொங்கலன்று எங்கள் கிராமத்தில் செய்து சூரியனாருக்குப் படைக்கும் இந்த இலை அடை சுவையும் சத்தும் நிறைந்தது. எண்ணெய் இல்லாமல்

செய்யக்கூடியது.

தேவையான பொருள்கள் :

புது பச்சரிசி - 2 ஆழாக்கு,
சர்க்கரை வள்ளிக்கிழங்கு - ½ கிலோ,
பனை வெல்லம் (அ) அச்சு வெல்லம் - 2 ஆழாக்கு,
இளநீர் - ½ தம்ளர்,
சுக்குப்பொடி - ¼ ஸ்பூன்,
ஏலக்காய்ப் பொடி - ¼ ஸ்பூன்,
தேங்காய்த் துருவல் - ½ மூடி
வாழை இலை - 1

செய்முறை :

பச்சரிசியை 2 மணி நேரம் ஊற வைத்து, இளநீர் சேர்த்து நைசாக மை போல் அரைக்கவும். அடிகனமான பாத்திரத்தில் இதை ஊற்றி, சிட்டிகை உப்பும், 1 ஸ்பூன் எண்ணெயும் சேர்த்து 'பளபள வென்று' வரும்வரை கிளறி உருண்டு திரண்டு கொழுக்கட்டை மாவு போல் வந்தவுடன் அடுப்பை நிறுத்தவும்.

சர்க்கரை வள்ளிக்கிழங்கை நன்கு வேகவைத்து மசித்துக் கொள்ளவும். அடிகனமான சட்டியில் வெல்லத்தையும் சிறிது தண்ணீரையும் விட்டு நன்கு கொதித்து வந்தவுடன் அத்துடன் கிழங்கு, தேங்காய்த் துருவல், சுக்குத்தூள், ஏலக்காய்த் தூள் சேர்த்துக் கிளறி சுருள வதக்கி இறக்கவும்.

வாழை இலையை சதுரங்களாக கிழித்து வைக்கவும். அதில் எண்ணெய் தடவி, அரிசி மாவு உருண்டையை வைத்து (எலுமிச்சையளவு) வட்டமாகத் தண்ணீர் தொட்டுத் தொட்டு தட்டவும். இதற்குள், ஒரு பாதியில், கிழங்கு பூரணத்தை வைத்து அப்படியே இலையுடன் மடிக்கவும். அடையின் ஓரங்களை ஒட்டவும். இதே போல் 5 (அ) 6 அடைகளைச் செய்து இட்லிப் பானையில் ஆவியில் 10 நிமிடங்கள் வைத்து எடுக்கவும். 'சர்க்கரை வள்ளிக்கிழங்கு இலை அடை' தயார்.

குறிப்பு : அரிசி மாவுக்குப் பதில் கேப்பை மாவிலும் இந்த இலை அடையைச் செய்யலாம்.

- சங்கரியம்மாள், புதுவை - 8.



"பாதாம், பாலாடை, பழங்கள், முல்தானிமிட்டி...
இதெல்லாம் போட டய்மே இல்லே.
என் பரு, மாசுகள் நீங்கி முகம் பளிச்னு
ஆக ஒரு வழி சொல்லுங்க மேடம்"



"இதற்குத்தான் மூலிகைகளால்
ஆன சாந்திக் இருக்கே!
முகத்தில் தினமும் இடுங்க.
முக மாசுகளும் நீங்கும், சருமத்தில்
சீக்கிரமே ரிச் லுக் வந்திடும்!"

"ஏன் தெரியுமா?

உங்கள் சருமத்தில் உள்ள பல மாசுகளை நீக்கும் ஆற்றல் கொண்ட சாந்திக் உண்மையில் ஒரு **அற்புத ஆயுர்வேத மருந்து!** ஃபேஸ் பேக் போல இதை தினமும் (10 நிமிடம் மட்டும்) இட்டு வர, முகத்தின் பரு, புள்ளிகள், பட்டைகள், இளவயது சுருக்கங்கள் நீங்கி முகம் பட்டுப் போல் மாறிவிடும்.

சருமம் இப்படி ஆகவேண்டும் என்று நினைப்பவர்களெல்லாம் குழம்பாதீங்க. உடனே சாந்திக் இட்டுக்கொள்ளுங்க, அப்புறம் பாருங்க."



CHHAYA

11

'புத்தம் புதிய தங்க அட்டிகையைத் தன் பாவாடையில் மூடி வைத்துக்கொள்ள முயற்சி செய்தாள் ஆலோ! மறைக்க முடியவில்லை.

"அறிவுகெட்ட பெண்ணே! கையை விரிச்சுப் பிச்சை வாங்கிக் கொண்டு வந்தாயா?" கூக்குரலிட்டாள் பூர்ணிமா. "வெட்கமாக இல்லை உனக்கு? என் பெண்ணாகப் பிறந்தும் உனக்கு இந்தப் புத்தியா?"

தாயின் இந்த ருத்ர ரூபம், கொடூரமான பார்வை?! இதுவரை ஆலோ பார்த்ததில்லையே! ஆலோவுக்கு ஏனோ பயமாக இருந்தது. அம்மா பிடித்து இழுத்து அட்டிகையைப் பிடுங்கிக் கொண்டு விடுவாளோ? பயத்துடன் ஒரு கையினால் நெக்லெஸின் பதக்கத்தை அழுத்திப் பிடித்துக் கொண்டாள். கலக்கத்துடன் பார்த்துக் கொண்டேயிருந்தாள்.

வராந்தாவில் நின்று கொண்டிருந்த சிவசங்கர் திடுக்



ஒரு சமயத்தில் ஒரு காலத்தில யாராவது ஏதாவது தப்பு செய்திருந்தாலும், பெரிய பாவம் செய்திருந்தால் ஒரு நல்ல காரியம் செய்யணுமின்னு முன்வந்து நின்னா அதுக்கான பலன் அவருக்குக் கிடைக்கும்!

தேன் நிலவு

கிட்டார். இது என்ன அமைதியும் அன்புமாக இருக்கும் பெண்ணின் குரலில் இத்தனை நெருப்பு?

தன் கையாலேயே தன் உயிருக்குத் தூக்குத் தண்டனை கொடுத்துக் கொண்டவனுடைய உயிர் இன்று களைத்துப் போய் துடிக்கிறதா? இல்லை... இந்தச் சிறுமியின் ஆசை, அவனுடைய தன்மானத்துக்குச் சாட்டையடி கொடுக்கிறதா?



வங்க மூலக்கதை :

ஆஷா பூர்ணாதேவி

தமிழாக்கம் :

புவனா நடராஜன்

வாழ்வின் மகிழ்ச்சிக்கு மணிமகுடம்

SANTHOSHAM
Retirement Homes



சந்தோஷம். உங்கள் ஓய்வு காலத்தை நிம்மதியுடனும் மகிழ்ச்சியுடனும் கழித்திட, கோவை சிறுவாணி ரோட்டில் அனைத்து அடிப்படை வசதிகளுடன் அமைந்துள்ள சௌகர்யமான குடியிருப்பு.

மகிழ்ச்சி தரும் சிறப்பு அம்சங்கள்

• ப்ரீமியம், எக்ஸ்க்ளுசிவ், ஸ்டாண்டர்ட் என வரையறுக்கப்பட்ட பிளாட்கள் • 5 சென்ட்-க்கும் மேற்பட்ட பரப்பளவுடன் கூடிய வீட்டு மனைகள் • 950 முதல் 1450 வரை சதுர அடியில் டாய்லெட் இணைந்த சிங்கிள் மற்றும் டபுள் பெட்ரூம் வீடுகள் • ஒவ்வொரு குடியிருப்புக்கும் சோலார் குக்கர் • அவசரகால ஆம்புலன்ஸ் வசதியுடன் மருத்துவ மையம் • மொத்தக் குடியிருப்புக்கும் பிரத்யேக பராமரிப்பு பணியாட்கள் • ரெஸ்டாரெண்ட், லைப்ரரி, இண்டர்நெட், கார்டு ரூம் உள்ளிட்ட பொழுதுபோக்கு மையம் • தெரு விளக்குகள் மற்றும் மரங்களுடன் கூடிய நடைபாதைகள் • சிறுவாணி குடிநீர் மற்றும் சுத்திகரிக்கப்பட்ட போர்வெல் தண்ணீர் வசதி • தண்ணீர் சுத்திகரிப்பு தொழில் நுட்பம் • அழகிய லேண்ட்ஸ்கேப் வடிவமைப்பு கொண்ட பூங்கா • கழிவு நீர் சுத்திகரிப்பு வசதி • காம்பவுண்டு சுவர் மற்றும் பாதுகாப்பு மின் விளக்கு வசதி • இண்டர்காம் வசதியுடன் 24 மணி நேர பாதுகாப்பு • முழுவதும் ஃபர்னிஷிங் செய்யப்பட்ட விருந்தினர் காட்டேஜ் (3 எண்ணிக்கை) • வேலையாட்கள் தங்குமிடம் (6 எண்ணிக்கை) • மேலாளர் மற்றும் மருத்துவ உதவியாளர்கள் தங்குமிடம் • தியான மையம் • வயோதிப வியாதியஸ்தர்களுக்கான சிறப்பு ஜிம்னேஷியம் • ஆயுர்வேத மசாஜ் மற்றும் சிகிச்சை மையம் • கார்கள் நிறுத்த கவர் செய்யப்பட்ட கார் பார்க்கிங் வசதி • கிளப் ஹவுஸ் (Retreat) செல்ல மாருதி வேன் மற்றும் பிக்-அப் டிராக் • கேபிள் டிவி இணைப்பு • லாண்டரி வசதி

சில குடியிருப்புகளே விற்பனைக்கு உள்ளன

COVAI
PROPERTY CENTRE
(INDIA) PRIVATE LIMITED

C-601, Pioneer Apartments,1075, Avinashi Road, Coimbatore - 641 018.
Ph : 91-422-2216867, 5572625. Fax : 91-422-2216867. Mobile : 098943-17841
www.covaiprop.com E-mail : covaiprop@vsnl.net

வாழ்வை அலங்கரிக்கும் மூன்று முத்துக்கள்

Gem NIRMAALAYAM



ஜெம் நிர்மாலயம். கோவை மாநகரின் மையத்தில், காந்திபுரத்தின் மிக அருகே கணபதியில் 12 ஏக்கர் நிலப்பரப்பில், வாழ்வின் அதிமுக்கிய வசதிகளுடன், நிறைவு தரும் பசுமைச் சூழலில், உங்கள் குடும்பத்தின் விருப்பத்திற்கும், ரசனைக்கும் ஏற்ப வடிவமைந்த ஓர் பிரம்மாண்டமான குடியிருப்பு.

சில குடியிருப்புகளே விற்பனைக்கு உள்ளன

Madhuban
GRANDEUR IN SPACE

மதுபன். கோவை புலியகுளத்தில் ரெட் ஃபீல்ட்ஸ் அருகே, தன் பெயருக்கேற்ப பல்வேறு இனிய சிறப்புக்களை பெற்று எழிலுற உருவான ஓர் உன்னத அடுக்கு மாடி குடியிருப்பு.



3 அபார்ட்மெண்ட்களே விற்பனைக்கு உள்ளன

SOUNDARYAM
WHERE COMFORT DWELLS

சௌந்தர்யம். கோவை சிறுவாணி ரோட்டில் அனைத்து அடிப்படை வசதிகளுடன் கட்டப்பட்ட பிரத்யேக வீடுகள். உங்கள் ஓய்வுக் காலத்தை நிம்மதியாகக் கழித்திட சௌகர்யமான இடம்.

முற்றிலும் விற்பனையாகி விட்டது

இத்திட்டங்களை நிர்மாணித்து வழங்குவோர் :
Colonel A.Sridharan, VSM (Retd.),
Mobile : 098943 17841

எமது அனைத்து திட்டங்களின் கட்டிடக்கலை ஆலோசகர் :
Ms. Mini M. Fowler

எமது சென்னை பிரதிநிதி :
Ms. Gita Ramesh,
Ph : 044 - 24463063

எமது மஸ்கட் பிரதிநிதி :
Ms. Latha Natarajan,
Ph : 0096824485592

முன்னாள் ராணுவ வீரரின் சேவை நிறுவனம்

Manipal/CPC/06



பாசிப் பருப்பு அல்வா : ஒரு கப் பாசிப் பருப்பை 15 நிமிடம் ஊறவைத்து, நறநற வென்று அரைத்து, வாணலியில் அரை கப் நெய் போட்டுக் கிளறவும். பிறகு சர்க்கரை போடாத கோவாவை சேர்த்துக் கிளறவும். பிறகு ஒரு கப் சர்க்கரை சேர்க்கவும். ஒட்டாத பதத்தில் வரும்வரை கிளறவும். பிறகு சிறிது நெய்யில் ஏலக்காய், முந்திரி, திராட்சை, பாதாம், பிஸ்தா வறுத்துப் போடவும். சுவையான பாசிப் பருப்பு அல்வா தயார்.

- வி. ரேவதி.

ஆழ்ந்த வேதனையின் அடியின் சுமை, குரலில் இல்லையே ஏன்?

பூர்ணிமாவின் உடைந்த குரலின் கூக்குரல் சிவசங்கரின் காதில் விழுந்தது.

அதீந்திரனிடமிருந்து ஆலோ ஏதோ வாங்கிக் கொண்டிருக்கிறாள் என்பது புரிந்தது. சின்னப் பெண்... குழந்தை. அவளால் ஆசையைக் கட்டுப்படுத்த முடியவில்லை. பாவம்! ஆனால் ஆசைகளைக் கட்டுப்படுத்தி வைப்பது அவசியமில்லையா, அவளுக்குப் பிறந்ததிலிருந்து எப்படி நடந்து கொள்ள வேண்டும்? எப்படிப் பேச வேண்டும் என்று சொல்லிக் கொடுக்காமலா இருந்திருக்கிறார்கள்? கண் முன்னால் வெள்ளமாகச் செல்வச் செழிப்பு வந்த போது அவளாலேயே கட்டுப்படுத்திக் கொள்ள முடியவில்லையா? ஆசையின் முன்னால் தோற்றுப் போய் விட்டாளா?

இதைப் பற்றி நினைக்காமலிருக்க வேண்டுமென்று நினைத்தாலும் முடியவில்லை சிவசங்கரால். சிவசங்கரின் சொந்தப் பெண்ணே தன் ஆசையைக் கட்டுப்படுத்த முடியாமல் ஒரு நிமிடத்தில்.... ஒரே ஒரு கணநேரத்தில் தோற்றுப் போய் விடவில்லையா? அவளுக்குச் சொல்லிக் கொடுக்காத சாஸ்திரங்களா? ஏதோ ஒரு நிமிட பலவீனத்தில் வண்ணம் நிறைந்த சொப்பன வாழ்க்கையின் ஆசையில் தன்னையே விற்று விடவில்லையா?

"தா...த்...தா!"

திடுக்கிட்டுத் திரும்பிப் பார்த்தார் சிவசங்கர்.

பின்னால் ஆலோ!

"தாத்தா நீதானே சொல்லிக் கொடுத்தே.. மன்னிக்கிறதுதான் உலகத்திலேயே பெரிய தர்மம்னு... சொல்லு... சொல்லிக் குடுத்தியா இல்லையா?"

"சொல்லிக் கொடுத்தேன்."

"பின்னே? நீங்கள்ளாமே மத்தவா செய்யுற தப்பு, தோஷம் இதை ஏன் மன்னிக்கத் தயாராக இல்லை?"

"எதைப் பத்தி அம்மா சொல்றே... தெளிவாச் சொன்னாத்தானே எனக்கும் புரியும்."

"உனக்குக் கூட தெளிவா சொல்லணுமா தாத்தா? புரியலையா.... எங்கப்பாவைப் பத்திதான் சொல்றேன்..."

"ஆனால் உனக்கு முழு விவரமும் தெரியாதேயம்மா."

"எப்படித் தெரிஞ்சிருப்பேன்?" ஆலோவுக்குத் துக்கம் தொண்டையை அடைத்தது. அழுகை முட்டிக் கொண்டு வந்தது. "என்கிட்ட யாராவது என்னைக்காவது ஏதாவது சொல்லியிருக்கேளா? வெறுமனே உனக்கு அப்படி இல்லை.. அப்படின்னு மட்டும்தானே சொன்னேள். அவர் என்னிக்காவது உங்களோட சண்டை, கிண்டை போட்டிருந்தாலும் இன்னைக்கு அதுக்காக வருத்தப்பட்டு, மன்னிப்பு கேட்க வந்தாரா இல்லையா

அப்புறம்... மன்னிக்கணும்... மன்னிக்கணும்... சதாசர்வதா சொல்லிண்டிருக்கிற உங்களாலே ஏன் அவரை மட்டும் மன்னிக்க முடியலை?

"இது சாதாரண சண்டை விவகாரம் இல்லை, ஆலோ, இது அதைவிட மிகப் பெரிய விஷயம்."

"அப்ப... எல்லாத்தையும் என்கிட்ட சொல்லு..."

"நீ இன்னமும் குழந்தை அம்மா..."

"இல்லை.. ஒருநாளும் இல்லை... நான் பெரியவளாகி விட்டேன்... சொல்லு... சொல்லித்தான் ஆகணும்... ஏன் என் விஷயத்தையே என்கிட்ட நீங்கள்ளாம் மறைச்சு வைக்கணும். ஏன் என்னை சும்மா சும்மா இட்டணும்? உங்களைப் போல பாசம், அன்பு, இரக்கம் எதுவுமே இல்லாத கொடூரமான பிராணி நானில்லை. அதனாலே, என்னாலே மன்னிப்பு கேட்கிற மனுஷாளை தூர தள்ளி வைக்க முடியாது. அவர் என் அப்பா... அவர் கொண்டு வந்த சாமான்களை நான் எடுத்துண்டா அதில என்ன குறைஞ்சு போச்சாம்... அவர் எத்தனை ஆசையோட வந்தார்..."

"ரொம்பவும் குறைந்து போய்விடும் அம்மா, கௌரவம் குறைந்து போய்விடும். எந்த மனுஷன் வாழ்க்கையிலே எந்த கடமையையும் செய்யவில்லையோ, இன்று ஏதோ சாதாரணமான சாமான்களை லஞ்சமாகக் கொடுக்க முன்வந்தால் அதை எடுத்துக் கொள்வது மரியாதை குறைவில்லையா? கௌரவக் குறைவில்லையா?"

"தெரியாது தாத்தா... உங்களுக்கெல்லாம் எதனாலே என்ன வந்தது... ஆனால் இதுவும் சொல்றேன். ஒரு சமயத்தில் ஒரு காலத்தில யாராவது ஏதாவது தப்பு செய்திருந்தாலும், பெரிய பாவம் செய்திருந்தால் ஒரு நல்ல காரியம் செய்யணுமின்னு முன்வந்து நின்னா அதுக்கான பலன் அவருக்குக் கிடைக்குமா? வெறுமே அவர் தப்பு செய்தார்னா மட்டுமே சொல்லிண்டு இருக்க முடியுமா? அவர் செய்ய இருக்கும் நல்ல காரியத்தைப் பற்றி யாருமே பேச மாட்டீர்களா? அவர்.. அவர் அப்பா என்ன சொல்லிட்டுப் போனார் தெரியுமா? கொலை செய்தவனுக்குக் கூட கோர்ட்டில தான் சொல்ல நினைப்பதைச் சொல்ல சந்தர்ப்பம் அனுமதி கிடைக்குமே. ஆனா உங்கம்மா... தாத்தாவோட தர்பாரில அந்த அனுமதி எனக்குக் கெடைக்கல்ல... அப்படின்னு அப்பா சொல்லிட்டுப் போனார். அவர் கண்ணிலேருந்து கண்ணீர் கொட்டியது. பிள்ளை, பெண்ணை முதன் முதல்ல பார்க்கறச்சே, தங்க நகை கொடுத்துப்

ஏலக்காய் மிக்ஸ்



ஏலக்காய் - 25, பாதாம் பருப்பு - 5, முந்திரிப் பருப்பு - 5 இவற்றை வெறும் வாணலியில் வறுத்து 5 டீஸ்பூன் சர்க்கரை, ¼ டீஸ்பூன் கேசரிப் பவுடர் கலந்து மிக்ஸியில் அரைத்து நைசான சல்லடையில் சலித்து ஏர்டைட் டப்பாவில் போட்டு வைத்துக் கொள்ளவும். பாயசம் மற்றும் இனிப்பு வகைகளுக்கு இந்தப் பொடியை 1 டீஸ்பூன் சேர்த்தால் சுவையும் மணமும், நிறமும் தூக்கலாக இருக்கும்.

- கே. லதா

- ஹம்சா ஜெயராமன்



பார்க்கணுமின்னு சொல்லுவா. அதுக்காகத் தான் உனக்குத் தங்க நகை கொண்டு வந்தேன். ஆனா திருப்பி எடுத்துண்டு போக வேண்டியிருக்கு... அதனாலேதான் நான் இந்த நெக்லெஸைக் கேட்டு வாங்கிப் போட்டுண்டேன். சொல்லு தாத்தா... உனக்கு அவரைப் பார்த்தா பாவமா இல்லை...?"

சிவசங்கரால் பதில் சொல்ல முடியவில்லை.

முதன்முறையாக அவர் தோல்வி அடைந்தார்.

நந்தராணி பிள்ளையை எதிர்பார்த்து வாசலிலேயே காத்துக் கொண்டிருந்தார். என்ன நடந்ததோ தெரியவில்லையே!

எப்படி வருகிறானோ பிள்ளை!

வண்டியிலிருந்து தனியாக வந்து இறங்குவானா? இல்லை அவன் பின்னால் இன்னும் இரண்டு பேர்கள் வந்து இறங்குவார்களா?

இல்லாமையே மனிதனுக்கு மிகப் பெரிய பாடத்தைப் போதிக்கும். நந்தராணியின் இன்றைய நிலைமைக்குக் காரணம் ஒருவிதத்தில், இல்லாமையால்தான். மனிதர்கள் யாருமே இல்லாததால் மனம் ஏங்கி ஏங்கி தவித்தது.

துணையே இல்லாத பிள்ளையின் முகத்தைப் பார்க்க சகிக்கவில்லை. அவன் முகத்தை அவரால் நிமிர்ந்து பார்க்கவே முடியவில்லை. அதனாலேயே முன்பின் தெரியாத, அறிமுகமில்லாத இரண்டு பேரையும் தனக்கு நெருங்கியவர்களாக நினைக்க ஆரம்பித்தாள்.

கணவனின் நோய் அவளை வெகு காலம் கட்டிப் போட்டு வைத்திருந்தது. வெளியுலகத்திலிருந்தே அவளை தனித்து வைத்திருந்தது. இப்போது மனத்தில் இருந்த தைரியம் குறைந்து போய் விட்டது. வீட்டிற்குள் நாட்டுப் பெண் வர வேண்டும். பெண் வர வேண்டும்... அப்போதுதான் பிள்ளையின் வீடு நிறைந்திருக்கும். தான் இதுவரை பார்த்திராத நாட்டுப் பெண்ணை பார்க்க, நந்தராணி ஆவலாக இருந்தார். அதீந்திரன் போன்ற ஒருவன் அன்பினைப் பெற்று அவனை ஆட்டி வைக்கிறாளே, அந்தப் பெண்ணைப் பார்க்க வேண்டும்.

முதல் முறை அதீந்திரன் அவளைப் பார்க்கப் போன போது, பார்க்க மறுத்து விட்டாளாமே.

கேட்டதும் அலுப்பாக வந்தது நந்தராணிக்கு. ஆனால் குற்றம் சொல்ல மனம் வரவில்லை. மனத்தில் எத்தனை துக்கம், கஷ்டம், வேதனை இருந்தாலும் பெண் தானே. இந்த அளவுக்குத் தன்மானம் இருப்பது இயற்கைதானே. இருப்பதும் நல்லதுதான். அந்த தன்மானத்தை எளிதில் விட்டுக் கொடுக்காமல் இருப்பாளா என்ன?

அதுவுமில்லாமல் வித்யாரத்னம் குருவும் இருக்கிறார். பெண்ணின் நல்லது கெட்டது தெரியாதவரா? பெண்ணுக்காக ராஜ சிம்மாசனம் காத்திருக்கிறது என்று புரிந்து கொண்டிருக்க மாட்டாரா? அந்தப் பழைய கோபத்தை மனத்தில் வைத்துக் கொண்டு பெண்ணைப் போக விடாமல் தடுத்து வைப்பாரா என்ன? அந்த அளவுக்கு அறிவில்லாமல் இருக்க மாட்டார்.

எத்தனையோ குடும்பங்களில் எத்தனையோ காரணங்களினால் என்னென்னவோ நடக்கிறது. நந்தராணியின் சொந்த

அத்தை, கல்யாண சமயத்தில், சீர் செனத்தி காரணமாக ஏக சண்டை, அமர்க்களம் நடந்து அதற்குப் பிறகு பிறந்த வீட்டிலேயே காலம் கழிக்கும்படி ஆயிற்று. அந்த அசட்டு மாப்பிள்ளையின் தந்தை திரும்பவும் தன் பிள்ளைக்கு வேறு கல்யாணம் செய்து வைத்தார். இரண்டாவது பெண்டாட்டி இருபது, இருபத்தைந்து வருடம் குடித்தனம் செய்து விட்டு செத்துப் போனார். வீடு முழுக்க, வண்டிக் குழந்தைகளைப் பெற்று விட்டுப் போனார். அப்போது ஒதுக்கி வைத்த முதல் பெண்டாட்டியை, குடும்பத்தையும், குழந்தைகளையும் கவனித்துக் கொள்ள இங்கே வா என்று கூப்பிட்டார்கள். இவளும் போனாள்.

ஆனால், நந்தராணியின் பிள்ளை வாழ்நாளில் வேறு எந்த ஒரு பெண்ணையும் நிமிர்ந்து பார்த்ததில்லை. என்ன அழகு, என்ன படிப்பு, தந்தை சேர்த்து வைத்த செல்வம் மலை போலக் குவிந்திருக்கிறது. அந்த மாதிரி பிள்ளை கூப்பிட்டு, வர மாட்டேன் என்று சொல்லி ஒதுக்கித் தள்ளக்கூடிய ஒரு பெண் இந்த மூன்று உலகத்திலும் எங்காவது இருக்க முடியுமா என்ன?

உட்கார்ந்தபடி தனக்குத் தானே யோசித்துக் கொண்டிருந்தார். தனக்குத் தானே கேள்விகள் கேட்டுக் கொண்டிருந்தார். பதில்களையும் அவரே சொல்லிக் கொண்டார். கடைசியில் பிள்ளை இன்று தனியாக வரமாட்டான். மனைவி, பெண்ணை அழைத்துக் கொண்டுதான் வருவான் என்ற முடிவுக்கு வந்தார்.

வித்யாரத்னம் சிவசங்கர குருவையும், வர மறுத்தால் கட்டி தூக்கி அழைத்து வரும்படி சொல்லியிருந்தார். ஒரே பெண்ணை விட்டுத் தனியா இருக்க முடியாவிட்டால் இங்கே வந்து தங்கி இருக்கட்டுமே. அவருடைய மாப்பிள்ளையின் வீட்டில் எதற்குக் குறைவு இருக்கிறது? எத்தனை பெரிய வீடு, எத்தனை அறைகள், பெரிய முற்றம்! எந்தவிதமான அசௌகரியமும் இருக்காது. குருவின் மதிப்பும், கௌரவமும் கொடுத்து நன்றாக நடத்துவார் நந்தராணி. நேரம் ஆக ஆக தவிப்பாக இருந்தது நந்தராணிக்கு. மணியைக் கணக்குப் பண்ணிக் கொண்டிருந்தார். மெள்ள மெள்ள, சொன்ன நேரமும் வந்து விட்டது. இன்னும் இரண்டு பேர் சாப்பிடுவார்கள் என்று சமையல்காரரிடம் சொல்லி வைக்கலாமா?

வேலைக்காரனை ஏதாவது நல்ல பழங்கள் வாங்கி வரச் சொல்லலாமா?

(நிலவு வளரும்)

கணவன் படித்தான் : ஒருநாளைக்கு சராசரியாக கணவன் 1500 வார்த்தைகள் பேசினால் மனைவி 3000 வார்த்தைகள் பேசுகிறாள்.

மனைவியின் பதில் : காரணம், கணவன் மனைவி சொல்வதைச் சரியாகக் கவனிப்பதில்லை. எதையும் இரண்டு தடவை சொல்ல வேண்டியதிருக்கு. அதனால்தான்.

கணவன் : என்ன சொல்றே? மறுபடியும் சொல்லு.

- சிவகாமி சுந்தர்.



பிப்ரவரி 2006

பேரனுடன் விளையாடி மகிழ்ந்தேன்!

சொல் நினைப்புகிறோம்

'இனிய உளவாக இன்னாத கூறல் கனி யிருப்பக் காய்கவர்ந்தற்று' எனும் வள்ளுவ வாக்கை நினைவு கூர்ந்த, 'வாழ்த்தொலியே வாழ்வின் ஒளியாக!' என்ற தலைப்பிலான, ஆசிரியரின் அன்பு மொழிகள் உயிருள்ள வரை உள்ளம் நிலைக்கும்.

திருவண்ணாமலை, எல்.எம். அபிதா.

ஜனவரி 2006 மங்கையர் மலர் இதழில் இடம்பெற்ற 'ஈன்ற கடன்'சிறுகதை மனதை நெகிழ வைத்தது. வேலை பார்க்கும் பெண்ணின் பணத்தை மட்டும் பார்க்காமல் அவள் மனத்தையும் பார்த்து அதற்கேற்ப நடந்து கொண்டால் குடும்பத்தில் சாந்தி நிலவும், சந்தோஷம் பெருகும் என்பதை அழகாக வலியுறுத்தி உள்ளார் கதையாசிரியர்.

கும்பகோணம், ஜி. துளசி கணபதி.

அரிசி விலை அதிகமாகி விட்டது என்று அரிசி வாங்காமல் இருப்பார்களா? அதுபோல்தான் மங்கையர் மலரின் விலை அதிகமானாலும் வாசகிகள் எல்லோரும் வாங்கிக் கொண்டுதான் இருப்போம்.

பெங்களூர், எஸ். முனியம்மாள்.



ஜனவரி 2006 மங்கையர் மலருடன் இலவசமாகத் தந்த பரமபத சோபானம் விளையாட்டை விளக்கத்துடன் படித்து 3வது படிக்கும் என் பேரனுடன் விளையாடி மகிழ்ந்தேன்!

நாகை, வி. வனஜா.

வாவ்! தேர்க்கோலங்கள் அனைத்தும் அருமை! அதைவிட, நாத்தி-மதனி உறவை மேம்படுத்தும் விதமாக பொங்கல் சீரின் சிறப்பை வெளியிட்டது, மறந்து போகும் பாரம்பரியத்தை மறக்காமல் இருக்கச் செய்யும் ஆசிரியரின் வாக்கியங்கள், அட்சர லட்சம் பெறும்!

சென்னை-47, எஸ். ரமாமணி.

அடுக்களை அனுபவமற்ற எங்களைப் போன்ற புதுமணப் பெண்களுக்கு பொங்கல், குழம்பு வகைகள் - பிறந்த வீடான மங்கையர் மலர் அளித்த பொங்கல் சீதனம்.

குரோம்பேட்டை, ராதாமூர்த்தி.

மங்கையர் மலரிலுள்ள பல விஷயங்கள் என்னை மட்டுமல்லாமல் என் மாமியாரையும் கவர்ந்தது. ஆன்மிகம், சமையல் பகுதி, ஆசிரியரின் கட்டுரை, போட்டி பகுதிகள் அனைத்தும் அருமை. இந்தப் புது (2006) வருடத்தில் இருந்து மங்கையர் மலரின் புது வாசகியாய் என்னை இணைத்துக் கொண்டேன்!

கடலூர் மாவட்டம், எஸ். லதா சேகர்.

என்னுடைய மகளைக் கணக்கில் எப்படி அதிக மதிப்பெண்கள் வாங்க வைக்கலாம் என்று நினைத்தபொழுது தங்கள் கட்டுரை வந்தது எனக்கு மிகவும் உபயோகமாக இருக்கிறது.

சென்னை, ஜி. லட்சுமி வாசுதேவன்.

மனித வாழ்வின் வெற்றி, தோல்விகளை நிர்ணயிக்கும் நவகிரகங்கள் பற்றிய விரிவான விளக்கம், ஸ்தோத்திரங்கள் படிக்கப் படிக்க பரவசமானேன்.

மந்தைவெளி, எம்.பி. துரைஸ்வாமி.

இனி விலா எலும்பு நோகச் சிரிக்கக் கூடாது என்பதை மருத்துவக் குறிப்பு மூலம் தெரிந்து கொள்ள முடிந்தது.

சென்னை, ராமலெக்ஷ்மி துரைசாமி.

ஜெயச்சந்திரன் கோல்டு ஹவுஸ்
பெருமையுடன் அறிமுகப்படுத்தும்

CRYSTAL BANGLES

அழகு தங்கம் இப்போது அழகிய
கிரிஸ்டல் வளையல்களாக...
ஜெயச்சந்திரன் கோல்டு ஹவுஸில் மட்டும்.

KDM 916 Hallmark நகைகளுக்கு
மார்க்கெட் விலையை விட கிராம் ஒன்றுக்கு
ரூ. **55** வரை குறைவு

செய்கூலி இல்லை
சேதாரம் மிக மிக மிகக்குறைவு



உங்கள் பழைய நகைகளை
இன்றைய மார்க்கெட் விலையிலேயே
வாங்கிக்கொள்கிறோம்.
(எங்கள் விலையிலிருந்து 8.5% கூடுதல் மதிப்பு)

916 Hallmark
SHOWROOM

ஜெயச்சந்திரன்
கோல்டு ஹவுஸ்
25, ரெங்கநாதன் தெரு, (மாம்பலம் ரயில் நிலையம் அருகில்)
தி.நகர், சென்னை - 17 போன் - 2433 9971, 2432 2627

100% TRUST
916 KDM
100% PURITY



திருக்கயிலாயம் - மானஸரோவர்
ஏழாம் ஆண்டு புனித திருப்பயணம் 2006-ல்
மே முதல் செப்டம்பர் வரை மாதா மாதம் ஒரு குழு புறப்படுகின்றது.

★விமானத்தில் 17 நாட்கள் கட்டணம் ரூ.**64,994/-** ★இரயிலில் 23 நாட்கள் கட்டணம் ரூ.**59,999/-**

அமர்நாத் பனிலிங்க தரிசனம் 5 நாட்கள், 12 நாட்கள், 15 நாட்கள் திருப்பயணம் ஜூன், ஜூலை மாதங்களில் புறப்படுகிறது. பனிலிங்க தரிசனம் செய்ய குதிரை, டோலி, ஹெலிகாப்டர் வசதி உண்டு.

பூரி - புவனேஸ்வர் - கல்கத்தா - கயா - காசி - அலகாபாத் 10 நாட்கள் ரூ. **5,000/-**

ஆன்மீக இலங்கை சுற்றுலா 7 இரவு 8 பகல். ரூ. **16,700/-**
இனிய இலங்கை சுற்றுலா 4 இரவு 5 பகல் ரூ. **14,504/-**

12 சோதிர்லிங்கம் 5-6-2006 முதல் ரயிலில் 30 நாட்கள் ரூ. **14,999/-**

சிங்கப்பூர் - மலேசியா 5 இரவு 6 பகல் ரூ. **29,500/-**
பட்டயா, பாங்காக் 4 இரவு 5 பகல் ரூ. **19,500/-**

சிம்லா - குல்லு - மணாலி - ஆக்ரா - டெல்லி 12 நாட்கள். கட்டணம் ரூ. **6,998/-** மாதம்தோறும்.

குரூப்பாக வருபவர்களுக்கு விருப்பப்படும் சுற்றுலாக்கள் தனியாகவும் நடத்தி தருகிறோம்.

மனோகர் டிராவல்ஸ்
1433, ஸ்வஸ்திக் காம்ப்ளக்ஸ்,
அபிராமி தியேட்டர் அருகில், ஈரோடு-11.
✆ 5536280, 2223580, செல் : 94433-80159
e-mail : manohartravvels@rediffmail.com
website : www.packagetours4u.com

கைலாஷ் டிராவல்ஸ்
சென்னை-3. ✆ 42053923, செல் : 94433-80154

சிவகௌரி டிராவல்ஸ்
திருப்பூர்-4. ✆ 5325800, செல் : 94433-80150

குழந்தை வளர்ப்பு

சமீபத்தில் ஒரு குழந்தைநல மருத்துவர் சொன்னது : இன்றைக்கு உடம்பு நலனுக்காக மருத்துவர்களிடம் வருவது குறைந்து போய் மனநலத்திற்காக வருவதுதான் அதிகரித்திருக்கிறது. காரணம் : கூட்டுக் குடும்ப வாழ்வு இல்லாமை மேலும் ஒரே குழந்தை என்பதினாலும், தாய் - தந்தை இருவரும் வேலைக்குச் செல்வதால் எழும் பிரச்னைகளாலும் சைகாலஜிகல் ப்ராப்ளம்தான் அதிகரித்திருக்கிறது என்றார். இப்படிப்பட்ட சூழ்நிலைகளை எப்படிக் கையாள்வது? குழந்தை வளர்ப்பில் ஓர் அன்னையானவள் எந்தெந்த விஷயத்தில் கவனமாக இருக்க வேண்டும், எப்படிப் பிரச்னைகளைக் கையாள வேண்டும் போன்ற பல ஆலோசனைகளை மங்கையர் மலர் வாசகிகளுக்காக இனி வரும் இதழ்களில் தரவிருக்கிறார் மனநல ஆலோசகர் டாக்டர் பிருந்தா ஜெயராமன்.



வெள்ளிக்கிழமை நடந்த ஆண்டு விழாவில் நான்காம் வகுப்பு மாணவ, மாணவியர் அளித்த நடனம்தான் முதல் பரிசு வாங்கியது என்பதில் சுமதிக்கு ஒரே பெருமை! ஏனெனில் அவளும் அவளது சக மாணவன் திலீப்பும் சேர்ந்து ஆடிய நடனம்தான் அது! சனி, ஞாயிறு

அம்மாவுக்கு..



மனநல ஆலோசகர்
டாக்டர் பிருந்தா ஜெயராமன்

அந்த மிதப்பில் போயிற்று! திங்கட்கிழமை மாலை பள்ளியிலிருந்து அழுது கொண்டே சுமதி திரும்பிய போது, அவளுடைய தாய், வசந்தி, 'என்னவாயிற்று?' என்று பயந்து போனார்.

பிரச்னை இதுதான். பள்ளியில் அன்று பலரும் அவளைக் கிண்டல் செய்தார்கள் - திலீப்பை அவள் திருமணம் செய்து கொள்ளப் போகிறாள் என்று! எல்லோருடனும் சேர்ந்து அவளுடைய அண்ணன் ஆறாம் வகுப்பில் படிக்கும் சுரேஷும் கிண்டல் செய்ய, கோபம், வருத்தம், அவமானம் என்று பல உணர்வுகள் மேலிட, செய்வதறியாது அவள் அழுதாள். வசந்தி அதிர்ந்து போனார். 'என்ன பேச்சு இது. காலம் மிகவும் கெட்டு விட்டது; இந்த வயதிலே கல்யாணம் பத்திப் பேச

லாமா?' என்று பொதுவாக மற்ற குழந்தைகளைத் திட்டி விட்டு மகளை அவர் சமாதானம் செய்தார். தொடர்ந்து ஒரு வாரம் இந்தக் கிண்டலும் அழுகையும் தொடர, சுமதி மறுவாரம், 'என்னை வேறு பள்ளிக்கு மாற்று' என்று அடம்பிடிக்க ஆரம்பித்தாள். செய்வதறியாது தவித்தனர் வசந்தியும் அவரது கணவரும் இந்தப் பிரச்னையை 'எப்படித்தான் கையாள்வதோ?' என்று.

சில விவரங்களை முதலில் தெளிவுபடுத்திக் கொள்வோம். நான்காம் வகுப்பு மாணவ, மாணவியருக்குத் திருமணம் என்பது ஒரு ஆண், பெண் இருவரும் சம்பந்தப்பட்ட சடங்கு என்கிற அளவில் தெரியும் என்றாலும், அதன் முழு தத்துவமும் புரிய வாய்ப்பே இல்லை. திரைப்படங்களில் வருவது போல சுமதியும், திலீப்பும் ஆடிப்பாட, மாணவ மாணவியருக்குள் விஷமம் புகுந்து கொண்டு கிண்டல் செய்வதை ஒரு குரூப்பாகத்தான் செய்தார்களே ஒழிய அந்தப் பேச்சின் தாக்கம் புரிய வாய்ப்பில்லை (சுமதி உள்பட).



சுமதியைச் சமாதானப்படுத்த முற்பட்ட வசந்தி, அதில் ஒன்றும் பலன் இல்லாமல் போக, சக மாணவர்களைக் கண்டித்துப் பார்த்தார். ஆசிரியையிடம் சொல்லி மிரட்டிப் பார்த்தார். அதுவும் பலனளிக்காத போது சுமதியைக் கண்டிக்க ஆரம்பித்தார்.

குழந்தைகள் செய்வதறியாது தவிக்கும் போது, நாம் அவர்களுக்குப் பலம் கொடுத்து, நம்பிக்கையளிக்க வேண்டும். மாறாக, அவர்களை இறக்கிப் பேசுவதோ, நொந்து கொள்வதோ அவர்களை இன்னும் மோசமான நிலைக்குத் தள்ளும். சுமதி அழும் போது எப்படிப் பேசக் கூடாது என்று பார்க்கலாமா?

"இப்போ என்ன அழுகை?" என்று அதட்டலாகக் கேட்டால் ஒன்னுமில்லாத விஷயத்தை அவள் பெரிது பண்ணுவதாக நாம் சாடுவதாகும். நமக்கு ஒன்றுமில்லைதான்; அவளுக்கு அது பெரிய விஷயமாகத் தோன்றுகிறதே!

"இப்படி அழுதா, நாளைக்கு எப்படிக் குப்பை கொட்டப் போறே?" இது புத்திமதி மட்டுமல்ல... உன்னால் முடியாது என்று தாயே தீர்மானித்து விட்ட மாதிரி! தாயே அப்படிச் சொல்லி விட்டால் குழந்தையும் தன்னைப் பற்றி அப்படித்தானே நினைப்பாள்?

"யார் உன்னை அழவைத்தது?", "நீ என்ன சொன்னாய்?" "அவள் என்ன சொன்னாள்?" என்று சரமாரியான கேள்விகளைப் போட்டுத் துளைத்தால்,

குழந்தை இன்னும் பயப்படுவாள்!

"பயந்தாங்கொள்ளி! ஒருத்தர் ஒண்ணு சொன்னா, அழக் கிளம்பிடுவியே! அதான் அவங்க உன்னை விரட்டறாங்க." - இது கிண்டலல்லவா? எந்தவிதத்தில் அவளுக்கு உதவும்?

சுமதிக்குத் தேவையான மனபலத்தையும், 'தன்னால் சமாளிக்க முடியும்' எனும் நம்பிக்கையையும் இப்படியெல்லாம் பேசினால் வசந்தி அளிக்க முடியாது.

சுமதி அழுவது, புண்படுவது தவறா? இல்லவே இல்லை. யாருக்கும் 'இந்த உணர்வு தவறு' என்று சொல்ல உரிமையில்லை. "இப்படியெல்லாம் கிண்டல் செய்தால் நானாக இருந்தாலும் அழத்தான் செய்வேன். உன் உணர்வுகளை என்னால் புரிந்துகொள்ள முடிகிறது" என்கிற ரீதியில் "கஷ்டமா இருக்கா? அழுகை வருதா?" என்று கனிவோடு அவளைக் கட்டிக் கொண்டு சுமதியையும் வசந்தி கேட்பது, தன்னைத் தாய் புரிந்து கொண்டிருக்கிறார் என்று நினைக்கத் தோன்றும். வருடிக் கொடுக்கும் ஒரு சுகம் கிடைக்கும். அதன் பின் தாய் என்ன சொன்னாலும் சுமதியால் ஏற்றுக் கொள்ள முடியும். கோபமோ, கிண்டலோ கூடாது. வசந்தி கனிவாகத்தான் பேசியிருப்பார். ஆனால் பிரச்னை தீராத போதுதான் பேச்சு மாறியிருக்கும்.

அடுத்து சுமதியை அவள் அனுபவிக்கும் உணர்வுகளையெல்லாம் பேச விட்டு, பிறகு, "என்ன பண்ணலாம்?" என்று கேட்டு, சிந்திக்க வைக்கலாம். ('அவங்க கிண்டல் பண்ணறப்போ, உனக்கு எப்படி இருக்கு? கோபம் வருதா... அழுகை வருதா...?' போன்ற கேள்விகளுக்குப் பின் 'என்ன பண்ணலாம் நீ சொல்லு?' இப்படி.) ஒவ்வொரு தீர்வாக பிறகு நாம் சொல்லி எது சரியாக வரும் என்று அவளையே தேர்ந்தெடுக்க வைக்கலாம்.

"அவர்களை மறுபடி நீ கத்தலாமா?"
"வேண்டாம்; நான் கத்தினா இன்னும் கோபப்படுவாங்க."

"டீச்சர்கிட்டே சொல்லலாமா?"

"வேண்டாம். அவங்க நிறைய 'பனிஷ்' பண்ணியாச்சு."

"பின்னே... நீங்கபாட்டுக்கு கத்திக்கிட்டு கிடங்க. நான் இனி அழ மாட்டேன் என்று நீ சொல்ல வேண்டாம். அழாம, கவனிக்காம இருந்து காட்டு... அவங்க உன்னை விட்டுட்டு வேறு ஒருத்தரைக் கிண்டல் செய்யப் போயிடுவாங்க. இதைச் செய்து பார்க்கலாமா? நீ செய்துடுவே... உன்னால முடியும்..." என்று அவளை உற்சாகப்படுத்தி செயல்பட வைத்தால் அவளுக்கும் வெற்றி, பெற்றோருக்கும் மகிழ்ச்சி.



இப்படித்தான் வாழ்வில் பிரச்னைகளை எதிர்நோக்கும் தைரியத்தையும், தீர்க்கும் வழியையும் நாம் குழந்தைகளுக்குச் சொல்லிக் கொடுக்க முடியும். கூடவே நாம் நிற்பதன் மூலம் அல்ல.



மெல்லிழைகளால்
பின்னிய ஆடைகள்.!
கல்யாண் சாரீஸின்
உள்ளம் மயங்கும்
புத்தாடைகள்..!
கல்யாண்
சாரீஸ்
— பட்டின் தலைநகரம் —
100 அடி ரோடு, கோவை. போன் : 2529993

அணுகதிர் தைராய்டு நவீன சிகிச்சை மையம்

ISO 9001:2000 ICS

MADRAS ISOTOPE LABORATORY CHENNAI

BARC அங்கீகரிக்கப்பட்ட
ESTD : 1975

MADRAS ISOTOPE LABORATORY

ISO 9001 : 2000 Certified Thyroid Centre

தைராய்டு மருத்துவ பரிசோதனை அவசியத்திற்கான சில காரணங்கள் / அறிகுறிகள் :

- ★ பசியின்மை/உடல் பருமனாதல்
- ★ மலச்சிக்கல்/வயிற்றுப்போக்கு
- ★ முன்கழுத்துப் பகுதியில் வீக்கம்
- ★ மாதவிலக்குப் பிரச்சனை/கருத்தரிப்பில் குறைபாடு
- ★ குரல் மாற்றம் / முடிக்கொட்டுதல் / மூச்சு விட சிரமம்
- ★ ஞாபகசக்தி குறைதல் / சோம்பல் / அசதி
- ★ கவன குறைவு / அதிக தூக்கம்
- ★ அதிக குளிர்/வெப்பம் தாங்காமை
- ★ கால் வீக்கம்/மூட்டுவலி/மயக்கம்
- ★ அதிக பசி/உடல் எடை குறைதல்
- ★ சிடுசிடு மனநிலை/முன்கோபம்
- ★ படபடப்பு/தூக்கமின்மை/அதிக நாடித்துடிப்பு
- ★ கண்விழி பிதுங்குதல்/கண்களில் வீக்கம்

டாக்டர் ஆர்.ராம்குமார், டைரக்டர்

60, சாமி பண்டாரம் தெரு, சிந்தாதிரிப்பேட்டை,
சென்னை - 2.

☎ **28550632, 28551712, 9884402604 / 05**

ENJOY CHITRA POURNAMI (FULLMOON NIGHT) AT MANASAROVE[R]

திருக்கயிலாயம் - மானஸரோவர் - முக்திநாத்

எட்டாம் ஆண்டு புனித யாத்திரை - 2006

சித்ரா பௌர்ணமி அன்று (12-05-2006) மானஸரோவரில் ஸ்நானம்

சென்னையிலிருந்து இரயில் மூலம் காட்மண்டு சென்று, அங்கிருந்து டயோட்டா கார் மூலம் திருக்கயிலாயம் சென்று தரிசித்து. பின் இரயில் மூலம் சென்னை வருவதற்கு 22 நாட்கள் ஆகும் இரயில் கட்டணம் உட்பட (சூப்பர் டீலக்ஸ் வசதியுடன்) ரூ.53,500/- மட்டுமே.

பெங்களூரிலிருந்து விமானத்தில் காட்மண்டு சென்று, அங்கிருந்து டயோட்டா கார் மூலம் திருக்கயிலாயம் சென்று தரிசித்து. பின் விமானம் மூலம் பெங்களூர் வருவதற்கு 17 நாட்கள் ஆகும் விமான கட்டணம் உட்பட (சூப்பர் டீலக்ஸ் வசதியுடன்) ரூ.60,900/- மட்டுமே.

மே முதல் செப்டம்பர் வரை மாதா மாதம் பௌர்ணமி அன்று ஒரு குழு சென்னையிலிருந்து புறப்படுகிறது

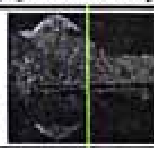
திருக்கயிலாயம், மானஸரோவர், முக்திநாத் திருப்பயணத்தின் சிறப்பம்சங்கள்!



TO GET BEST SERVICE TRUST THE SPECIALIST

ஸ்ரீ அன்னபூரணி யாத்ரா சர்வீஸ்

(Specialist in Holy Mt.Kailash - Manasarovar & Mukthinath Yatra)
68, நடுத்தெரு, (ஸ்ரீ கபாலீஸ்வரர் கோயில் அருகில்), மயிலாப்பூர், சென்னை - 600 004.
TEL : 52067068. Cell : (0)9282226230 (24 Hours)



SPECIAL CARE FOR SENIOR CITIZENS



சாட்டிலைட் சுப்புலட்சுமி

பொதுவாகப் பெண்களுக்குப் பிடித்த விஷயமென்ன? சீரியல், சாட்டிலைட் சானலில் மாமியார் - மருமகன் மெகா தொடர் என்று நாம் நினைத்திருக்க பெங்களூர் இஸ்ரோ (இந்தியன் ஸ்பேஸ் ரிஸர்ச் ஆர்கனைசேஷன்) வில் புரொஜக்ட் டைரக்டராகப் பணிபுரியும் திருமதி சுப்புலட்சுமி கிருஷ்ணமூர்த்தி நம் நம்பிக்கைகளைத் தவிடு பொடியாக்குகிறார்.

கடந்த இருபது (20) வருடங்களாக இஸ்ரோவில் பணியாற்றும் பெண் விஞ்ஞானியான சுப்புலட்சுமி கர்நாடக சங்கீதத்திலும் தேர்ச்சி பெற்றவர். பண்டிகை, விழாக்காலங்களில் சுப்புலட்சுமியின் கச்சேரி கண்டிப்பாக உண்டு. 'சாமஜவரகமனா' பாடும் பெண்மணிக்கு சாட்டிலைட் நிர்வாகம் பற்றியும் தெரிந்திருப்பது ஆச்சர்யம்!

இவருடைய சங்கீதம் சாட்டிலைட், இன்ஸாட் - இன்ட்ரஸ்ட் இவற்றைப் பற்றிக் கேட்க பறந்தோம் 'டிஸ்கவரி' கணக்கா...

"எனக்குச் சிறு வயதிலிருந்தே பாட்டில் மிக ஈடுபாடு. கூடவே படிப்பிலும். பி.ஈ. எலக்ட்ரானிக்ஸ் எடுத்து திருவனந்தபுரத்தில் இன்ஜீனியரிங் முடித்தேன். வேலைக்கு மூன்றிடத்திலிருந்து உத்தரவு. லெக்சரர், பெல் மற்றும் இஸ்ரோவிலிருந்து.. இஸ்ரோவைத்தான் தேர்ந்தெடுத்தேன். கஸ்தூரிரங்கன் ஸார் என் ரோல் மாடல்! மேலும் யு.ஆர். ராவ், சதீஷ் தவான்... என்று பிரமிக்க வைக்கும் விஞ்ஞானிகள்... இவர்களுடன், இவர்களுடைய கண்காணிப்பில் பணிசெய்ய வேண்டும் என்ற பேராவலில் பெங்களூர் வந்தேன். இன்று நம் நாடு சாட்டிலைட், ராக்கெட் லாஞ்சிங்கில் எந்த நாட்டுக்கும் சளைத்ததல்ல. ஒரு முறை ரஷிய நாட்டினர் எங்களைப் பார்த்து வியந்து பாராட்டிச் சென்றனர்.. 'எங்கேயோ போய் விட்டீர்கள்..' என...'' மகிழ்ச்சியுடன் சொல்ல ஆரம்பிக்கிறார் சுப்புலட்சுமி.

மிகப் பொறுப்பான பதவியிலிருக்கும் இவர் திருப்பதி, கேரளா, சென்னை என பறந்து பறந்து கச்சேரிகளும் செய்து வருகிறார். எப்படி இரண்டு துறையிலுமே பிரகாசிக்க முடிகிறது?

''எனக்கு ஐந்து வயதிலிருந்தே

பாட்டு சிட்சை... எந்தப் போட்டியானா லும் பரிசு வாங்காமல் வீடு திரும்பிய தில்லை. சிறு வயதில் ரேடியோ, இசைச் சித்திரங்களில் நிறையப் பாடியிருக்கிறேன். இப்போதும் சேஷகோபாலன், எம்.எஸ். ஷீலா அவர்களிடம் பாட்டுக் கத்துக் கறேன். சென்னை இசை விழாவிலும் நிறையக் கச்சேரிகள் பண்ணியிருக்கிறேன். என்னுடைய கச்சேரி விமர்சனங்களில் 'சுப்புலட்சுமியின் உச்சரிப்பு வெகு நேர்த்தி' என கூறும்போது நிஜமாகவே மிகவும் பெருமிதமாக இருக்கும். பல வரு டங்களுக்கு முன்னால் சுவாமி சின் மயானந்தா முன்னால் பாட வாய்ப்புக் கிடைத்ததைப் பாக்கியமாகக் கருதுகிறேன் 'சமஸ்கிருத உச்சரிப்பு ரொம்ப நன்னா யிருக்கு. இன்னும் இரண்டு பஜன் பாடு' என்று அவர் சொன்னதை என் வாழ்வில் மறக்கவே முடியாது...." என்று சொல்லும் சுப்புலட்சுமி இசைக்கென பல விருதுகள் கோல்டு மெடல் பெற்றிருப்பது குறிப் பிடத்தக்கது. (சுப்புலட்சுமி என்று பெயர் வைத்து விட்டுப் பாடாமல் இருந்தால் தான் அதிசயம்)

பாட்டு... சரி பெண் விஞ்ஞானியாக இவருடைய பங்கென்ன? உலகளவிலேயே பெண் விஞ்ஞானி யாரென்றால் மேரி க்யூரிக்குப் பிறகு யாருமே இல்லை என்ற நிலை.... கல்பனா சாவ்லா என்ற துடிப் பான விஞ்ஞானியும் மேகத்துடன் கலந்து விட... கோடானுகோடி மக்கள் நொகை யைக் கொண்ட நம் நாட்டில் ஏன் சொல் லிக் கொள்கிறாற்போல் பெண் விஞ்ஞானி கள் இல்லை?

"இப்ப நிலைமை அப்படி இல்லை. இஸ்ரோவிலேயே ஏகப்பட்ட பெண் விஞ்ஞானிகள் உள்ளனர். அறிவியல், ஆய்வு என்பது ஒரு பெண்ணுக்கு பெரிய சவால்தான். அவளுக்கு ஏற்கெனவே குடும்பத்தில் பல பொறுப்புகள் இருப்பதா லும் ஆய்வுக்கென முழு நேரம் கொடுக்க முடிவதில்லை. ஆணைப் பொறுத்தவரை அப்படிக் கிடையாது. ஆனால் நிலைமை இப்போது மாறி வருகிறது.... எங்களுக்கு ஆபீஸிலும் ஆண்கள் முழு ஆதரவு கொடுக்கிறார்கள்" சிரிக்கிறார் கணவர் கிருஷ்ணமூர்த்தி.

சுப்புலட்சுமி பணிபுரிவது சாட்டி

இம்மாத இல்லத்தரசி

சமையல் கூப்பன்

பொருள் : சுரைக்காய் **கடைசி தேதி : 20.2.2006**

என்ற தலைப்பில் சமையல் குறிப்பை இதனுடன் அனுப்பியுள்ளேன். இச் சமையல் குறிப்பு இதுவரை எந்தப் பத்திரிகையிலும் வெளியானதல்ல என்று உறுதி கூறுகிறேன்.

கையொப்பம்

மருதாணி கறை போச்சு!



மருதாணி கறை படிந்து, உங்கள் அழகு புடைவை கறையாகி விட்டதா? கறைபட்ட பகுதியை, வெதுவெதுப்பான பாலில், அரைமணி நேரம் ஊறவைக்கவும். பிறகு சோப் போட்டுத் துவைத்தால், கறை இருந்த இடம் தெரியாது.

- குர்ஷீத் அஷ்ரப்.

லைட்டின் ரிமோட் சென்ஸிங் பிரிவில்! "ஒரு சாட்டிலைட் விடுகிறோம் என்றால் அதற்குப் பல பிரிவுகளாகப் பல விஞ் ஞானிகள் செயல்படுவோம். இது ஒரு குழு முயற்சி!

ஆறு மாதம் முதல் ஒரு வருடம் வரை கடும் உழைப்புக்குப் பின்னே சாட்டி லைட் தயாராகும். ஒரு கைக் குழந்தை யைப் போல் அதைக் கண்ணுக்குக் கண்ணா பார்த்துக்கணும். பவர், டெம்ப ரேச்சர், ஸ்பீடு... என தீவிர ஆராய்ச்சி நடக்கும். தோல்வி என்பதற்குப் பேச்சே யில்லை... ரிமோட்சென்ஸிங் துறை என்னவென்றால் சாட்டிலைட்டில் இருக் கும் காமிரா மூலமாக நமக்கு பிக்சர்கள் கிடைக்கும் துல்லியமாக... 99-ல் ஓஷன் ஸ்டடிக்காக (கடல் ஆய்வு) ஒரு சாட்டி லைட் விட்டோம். சுமார் ஏழிலிருந்து பத்து வருடங்கள் வரை சாட்டிலைட்கள் சுற்றிக் கொண்டேயிருக்கும். ஒரு நாளைக்கு 15 முறை நம் புவியைச் சுற்றி வலம் வரும்... முதன் முதலாக காமிரா மூலமாக இமேஜ் கிடைக்க ஆரம்பித்த வுடனேயே அவரவர் தங்களுடைய ஸிக்னேச்சர்களைப் போடுவார்கள்... த்ரில்லிங்கா இருக்கும் நம் நாட்டுக்குச் செய்கிறோம் என்ற பெருமை..." முகம் வழிய பெருமையுடன் சொல்கிறார் சுப்புலட்சுமி!

கச்சேரி.... சாட்டிலைட் லாஞ்சிங் இரண்டுமே ஒருசேர இருந்தால்? "அப்படி யும் ஆச்சு ஒருமுறை. காலை பத்து பத்தரை மணிக்கு ஸ்ரீஹரிகோட்டா விலிருந்து கிளம்புகிறது. முதல் நாள் எனக்கு மாலை கச்சேரி. முடித்து விட்டு 9 மணிக்கு கமாண்ட் கொடுக்க விரைந் தேன்..." சொல்லி விட்டு ஏகமாகச் சிரிக்கிறார்.

பலருக்கு இன்ஸ்பிரேஷனாக இருக் கும் நம் குடியரசுத் தலைவர் கலாம் அவர்களைச் சந்தித்திருக்கிறாரா?

"துடிப்புள்ள விஞ்ஞானிகளாக 50 பேரைத் தேர்ந்தெடுத்து பயிற்சிக்கு அனுப்பியது இஸ்ரோ. அதில் நானும் ஒருத்தி! கடைசி நாள் கலாம் வந்தார்: கேள்வி பதில் பகுதியில் நான் 'பயாலஜிகல் வார்' பற்றிக் கேள்வி கேட் டேன். மிகவும் பாராட்டினார். பெண்கள் இத் துறைக்கு வருவது பற்றி வரவேற்றுப் பேசினார்."

சுப்புலட்சுமி கச்சேரி செய்வது நம் பாஸ்போர்ட் துறையினருக்குப் பிடிக்க வில்லை போலிருக்கிறது. "எனக்கு வெளி நாட்டில் கச்சேரி செய்ய இரண்டு முறை சான்ஸ் கிடைத்தது. எனக்கு விசா தர மறுத்து விட்டார்கள். விஞ்ஞானி எப்படி கச்சேரி செய்யலாம்? என கேட்டார்கள். விஞ்ஞானியாக இருந்தால் பாடக் கூடாதா?" ஏக்கமாகக் கேட்கிறார் சுப்புலட்சுமி.

சங்கீதம், சயின்ஸ் இரண்டிலுமே தன்னைத் தினம் தினம் அப்டேட்டாக வைத்துக் கொள்ள சுப்புலட்சுமி நூலகத் தில் மணிக்கணக்காக இருந்து படிக்கிறார்.

மேன்மேலும் பல சுப்புலட்சுமிகள் உருவாகுக!

- லதா சேகர்

உலகெங்கிலும் உள்ள மக்களில் பத்துக் கோடி பேர் அவதியுறும் நோய் ஆஸ்துமா. குறிப்பாக, நம் நாட்டில் மட்டும் அதில் நான்கில் ஒரு பங்கு அளவு மக்கள் இந் நோயால் சிரமப்படுகின்றனர். இந்நோய் ஒரு உயிர்க்கொல்லி நோய் அல்ல. இருப்பினும் பலரது வாழ்க்கையைச் சிரமமானதாக்குகிறது. இந்நோயினை எவ்வாறு சிரமமில்லாமல் கட்டுப்படுத்தலாம்.

ஆஸ்துமா என்பது சுவாசக் கருவிகளின் நாள்பட்ட ரணம். இதை சிகிச்சை மூலம் கட்டுப்படுத்த முடியுமே தவிர பூரணமாகக் குணமடையச் செய்ய முடியாது. ஆஸ்துமா என்பது ஒரு ஒவ்வாமை - அலர்ஜி நோய். அலர்ஜி உலகெங்கும் உள்ளது. ஆகையால் அலர்ஜி எதனால் ஏற்படுகிறது என்ற காரணங்களைக் கண்டுபிடித்து அதனைத்

ஆஸ்துமாவை

தடுப்பதே சிகிச்சை முறை.

மங்கையர் மலர் ஜனவரி 2001 இதழில் வெளிவந்த "ஆயாசம் தரும் ஆஸ்துமா!" கட்டுரையை மீண்டும் வெளியிட்டால் என்னைப் போல் ஆஸ்துமாவினால் அவதிப்படும் பல அன்பர்களுக்கு பயனளிக்கும் என்று கடிதம் எழுதி வேண்டுகோள் விடுத்திருந்த வாசகர் திரு. எஸ். வெங்கட்ராமன் விருப்பப்படி இதோ அதே கட்டுரை மீண்டும் இடம்பெறுகிறது!

அலர்ஜி என்பது பல காரணங்களால் ஏற்படலாம். மகரந்தம், பிராணிகளின் ரோமம், வீட்டுத் தூசி, மைட் என்னும் நுண் பூச்சி, இதர பூச்சிகள், பல மருந்துகள், பஞ்சு, துணி, சில உணவுப் பொருட்கள் முதலியவற்றில் ஒன்றோ அல்லது பல காரணங்களாலோ அலர்ஜி ஏற்படலாம். இதைப் போன்ற பொருட்களுடன் பலமுறை உரசினால் தான் முதன் முறையாக அலர்ஜி ஏற்படுகிறது.

உலகில் உள்ள நுரையீரல் நோய்களில் பெரும்பகுதி ஆஸ்துமாதான். ஆஸ்துமாவும் அலர்ஜியும் நாளுக்கு நாள் அதிகரித்துக் கொண்டே போகிறது. இதனைப் பெரிய அளவில் நடவடிக்கை எடுத்து தடுக்காவிடில் உலகில் பத்து சதவிகிதத்தினர் ஆஸ்துமா நோயாளியாகி விடுவார்கள். ஆஸ்துமா நோய் எந்த வயதிலும் வரலாம். இது ஒரு பரம்பரை நோய். ஆனால் தொற்று நோயல்ல. இந் நோயினைக் கட்டுப்பாட்டில் வைத்துக் கொண்டால் எல்லாவித வேலைகளையும் செய்யலாம்.



ஆஸ்துமா நோய் ஏற்பட்டிருப்பதைக் கண்டுபிடிப்பது எப்படி?

- இந்நோய் ஏற்பட்டோருக்கு

இரவு நேரத்தில் தொல்லைகள் தொடங்கும். இருமலி லிருந்தே கூட சில சமயம் கண்டுபிடிக்கலாம். முதலில் தும்மலும் பிறகு இருமலும் வரும்.

• இடமாற்றம், புகை பிடித்தல், ஐஸ்க்ரீம், குளிர் நீர், தயிர், பழரசம் முதலிய குளிர்ந்த அல்லது புளிப்பான பானங்கள் ஆஸ்துமாவை வெளிக்கொண்டு வந்து காட்டும்.

• தானியக் கிடங்குகளில், வேலை செய்பவருக்கும் அச்சகத்தில் வேலைகளைச் செய்பவர்களுக்கும்



விரட்டலாம்!

இந் நோய் ஏற்படலாம்.

• தூசு தட்டும் போது, ஒட்டடை அடிக்கும் போது, தலைக்குத் தண்ணீர் விட்டுக் குளித்தால் மூச்சு வாங்க ஆரம்பிக்கலாம்.

• வாசனைப் பொருட்கள், தலைக்குப் போடும் செயற்கை சாயம் (டை) ஆகியவற்றால் ஆஸ்துமா ஏற்படக் கூடும்.

• மனநிலை தடுமாற்றத்தில் ஆஸ்துமா புதிதாக முளைக்கும்.

• திடீரென்று மூக்கில் அரிப்பும், வயிற்றில் சங்கடமும், தொண்டை அழற்சியும் வந்து மூச்சு முட்டும்.

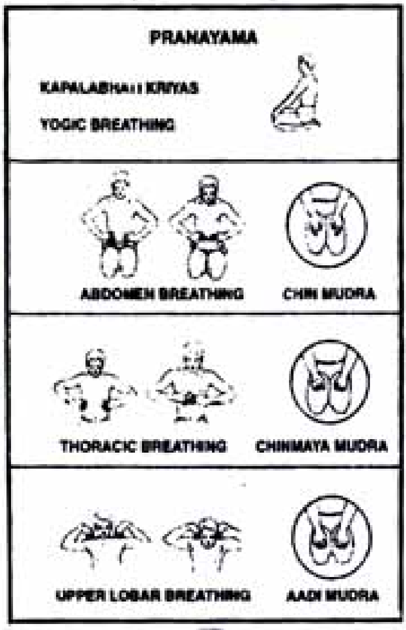
• பலமாக சிரித்த பிறகு, ஏதாவது வேகமான விளையாட்டிற்குப் பிறகு, பல மாடிப்படிகள் ஏறிய பின்னர் கூட மூச்சுத் திணறல் தொடங்கும். உணர்ச்சிவசப்பட்டாலும் திடீரென ஆஸ்துமா ஏற்படும்.

ஆஸ்துமா என்று வருபவர்களுக்கு அலர்ஜி சோதனை, நுரையீரல்களின் இயக்கத்தைக் கணித்தல், இத்துடன் வேறு பல பரிசோதனைகள், சளி பரிசோதனை, எக்ஸ்ரே முதலியவை செய்யப்படும். சாதாரணமாக மூச்சிரைப்பில்லாத போது கூட ஆஸ்துமா நோய் உள்ளவர்கள் வருடத்திற்கு இருமுறையாவது பரிசோதனை செய்து கொள்வது நலம்.

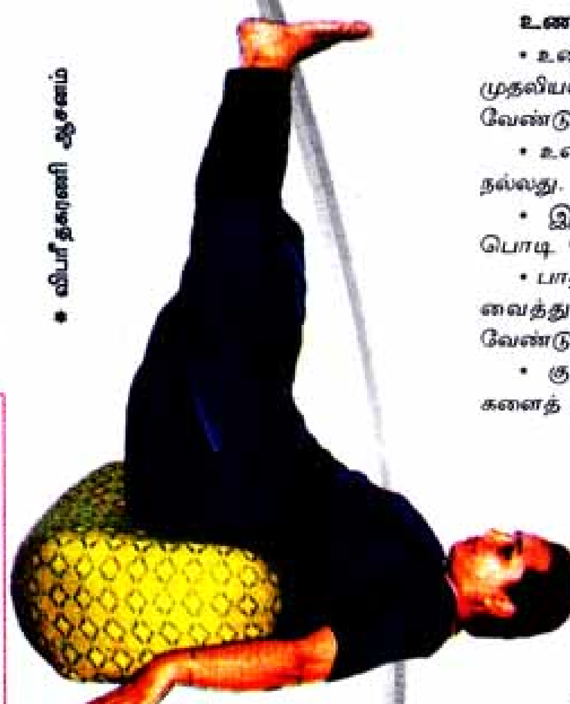
ஆஸ்துமா நோய்க்கான மருந்தினை மாத்திரைகள், கேப்ஸ்யூல், சிரப் முதலியவற்றில் எடுத்துக் கொள்வதை விட இன்ஹேலர் என்ற முறையின் மூலம் எடுத்துக் கொள்வதே சிறந்தது. தேவையான அளவு மருந்து, அதாவது மிகக் குறைந்த அளவு நேரடியாக சுவாசப் பை அல்லது



* விபரீதகரணி ஆசனம் செய்முறைகள்



* யோகிமுறை சுவாசப் பிராணாயாமம்



* விபரீதகரணி ஆசனம்

சுவாசப் பாதையில் பாதிக்கப்பட்ட பகுதிக்கு விரைவாக எடுத்துச் செல்லப்படுகின்றது. எனவே, 'இன்ஹேலரை' உபயோகிப்பதே சாலச்சிறந்தது.

ஆஸ்துமா நோய் ஏற்படுவதே உடலில் எதிர்ப்பு சக்தி குறைவதினாலும். சில பொருட்களுடன் ஏற்படும் அலர்ஜியினாலும்தான்.

அலர்ஜி ஏற்படத் தொடங்கிய உடனேயே முக்கியமாகச் செய்ய வேண்டியவை :

1. தினமும் வெந்நீரில் கல் உப்பு சேர்த்துக் கொப்பளிக்க வேண்டும். இதனால் தொண்டையில் அமிலத் தன்மை அதிகரித்து அலர்ஜி ஏற்படுத்தும் பொருட்களை, கிருமிகளை உள்ளே செல்ல விடாமல் தடுக்கும்.

2. தினமும் காலையில் வெந்நீரால் மூக்கினை நன்றாக 'மசாஜ்' செய்ய வேண்டும்.

3. வாரம் ஒருமுறை அல்லது இருமுறை நன்றாகக் கொதிக்கும் வெந்நீரில் இரண்டு சொட்டு நீலகிரித் தைலம் சேர்த்து ஆவி பிடிக்க வேண்டும்.

உணவில் மாற்றங்கள் -

• உணவில் பட்டை, லவங்கம், ஏலக்காய் முதலியவற்றை அதிகம் சேர்த்துக் கொள்ள வேண்டும்.

• உணவில் மிளகு அதிகம் சாப்பிடுவது நல்லது.

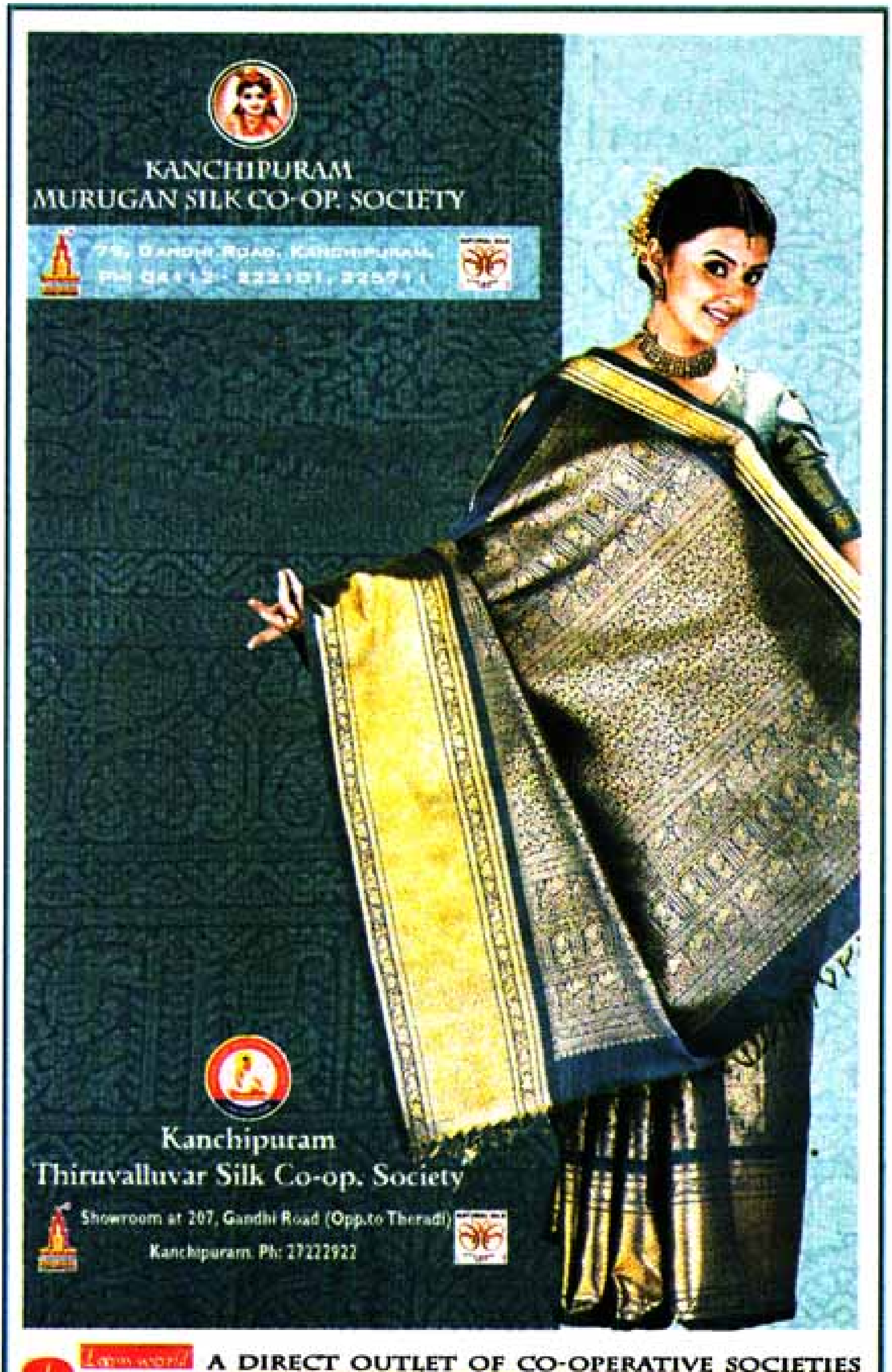
• இரவில் சூடான பாலில் மஞ்சள் பொடி சேர்த்துச் சாப்பிட வேண்டும்.

• பாதாம் பருப்பை உப்பு நீரில் கொதிக்க வைத்து உலர்த்தித் தினமும் சாப்பிட வேண்டும்.

• குளிர்ச்சியான பானங்கள், உணவுகளைத் தவிர்க்க வேண்டும்.

யோகாவின் மூலம் தீர்வு

ஆஸ்துமா நோய் குணமடைய யோகாவில் விபரீதகரணி ஆசனம், யோகிமுறை சுவாசப் பிராணாயாமமும் செய்ய வேண்டும். விபரீதகரணி ஆசனத்தை மற்ற ஆசனங்கள், பிராணாயாமத்துடன்


KANCHIPURAM
MURUGAN SILK CO-OP. SOCIETY
79, Gandhi Road, Kanchipuram.
Ph 04112 - 222101, 225711
Kanchipuram
Thiruvalluvar Silk Co-op. Society
Showroom at 207, Gandhi Road (Opp.to Theradi)
Kanchipuram. Ph: 27222922
OUTLETS
A DIRECT OUTLET OF CO-OPERATIVE SOCIETIES
Kanchipuram | Chennai-Anna Nagar, Egmore, Anna Salai, T Nagar | Coimbatore | Trichy | Erode

இணைத்துப் பயிற்சி செய்வதால் ஆஸ்துமா, இருமல், மார்பு சளி, ஜலதோஷம், காசநோய், மூக்கடைப்பு, சைனஸ் ஆகிய நோய்கள் குணமடைகின்றன.

விபரீதகரணி ஆசனம் செய்யும் முறை :

1. ஒரு விரிப்பின் மீது 3 அல்லது 4 இலவம் பஞ்சு தலையணைகளை அடுக்கி வைக்கவும்.

2. தலையணையின் மையத்தில் அமராமல் முன் பகுதி நுனிக்கும் மையப் பகுதியின் இடையிலும் அமரவும்.

3. மெதுவாக பின்னால் வளைந்து கைகளைத் தரையில் வைத்து ஊன்றிப் படுத்து உச்சந்தலையை விரிப்பின் மீது வைக்கவும்.

4. கால்களை ஒன்று சேர்த்து மேலே உயர்த்தவும். அதே சமயத்தில் தலையை நகர்த்தி தோள் பட்டைகளை விரிப்பின் மீது வைக்கவும்.

5. கால்களை 90 டிகிரிக்கு நீட்டிக் கொண்டு வரவும். உடல் கனம் முழுவதும் தோள் பட்டை கழுத்தில் இருக்கும்படி வைக்கவும். கைகளைச் சாதாரணமாக தலையணைக்குப் பக்கத்தில் வைக்கவும்.

6. சாதாரண மூச்சில் நூறு எண்ணிக்கை இருக்கவும். முடிந்ததும் கால்களைக் கீழே கொண்டு வந்து தரையில் வைக்கவும். சிறிது ஓய்வு எடுக்கவும்.

7. திரும்பவும் கால்களை உயர்த்தி 100 எண்ணிக்கை செய்யவும். இதே போல் பதினைந்து தடவை அதாவது 1500 எண்ணிக்கை, சராசரி பதினைந்து நிமிடங்கள் செய்யலாம்.

8. கால் விரல்களை ஊன்றி குதிகாலை உயர்த்தித் திரும்பவும், கால் விரல்களை ஊன்றி முதுகை உயர்த்தவும். அப்போது தலையணைகளை ஒன்றன் பின் ஒன்றாக பக்கவாட்டில் பிடித்து வெளியே எடுத்துப் போட வேண்டும்.

9. மெதுவாக முதுகை விரிப்பின் மீது வைத்து கால்களை நீட்டி சவாசனத்திற்கு வரவும்.

10. மூன்று மாத பயிற்சிக்குப் பின் தொடர்ந்து 15 நிமிடங்கள் கால்களை உயர்த்தி இருந்து செய்யலாம்.

11. பகலில் 200 எண்ணிக்கைக்கு மேலே செய்தால் தூக்கம் வரும். இரவில் சாப்பிடுவதற்கு முன் வெறும் வயிற்றில் 15 நிமிடங்கள் செய்து விட்டு 20 நிமிடங்கள் கழித்து இரவில் சாப்பிட்டு விட்டு ஒரு தம்ளர் சூடாகத் தண்ணீர் அருந்தி படுத்தால் இரவில் அமைதியான தூக்கம் வரும்.

யோகிமுறை சுவாசப் பிராணாயாமம்

இம்முறை பிராணாயாமத்தை மூன்று பகுதிகளாகப் பிரித்துச் செய்ய வேண்டும். இதன் மூலம் மூச்சு நுரையீரலை நேரடியாகத் தூண்டி அதன் செயல்திறனை அதிகரிக்கிறது.

முதல் முறை - வயிற்று மூச்சு முறை.

1. விரிப்பின் மீது கால்களை முட்டி

அனுபவத் தீர்வு!



ஆஸ்துமா நோயினால் அவதிப்படுபவர்கள் இரவு படுக்கப் போகுமுன் ஓர் சின்ன பிளாஸ்டிக் டப்பில் வெந்நீரை நிறைத்து இரண்டு பாதங்களையும் அதில் சில நிமிடங்கள் வைத்துக் கொண்டு அதன் பிறகு நன்றாக டவலால் பாதங்களைத் துடைத்து விட்டு பிறகு படுக்கச் சென்றால் மூச்சு விடுவதில் சிரமம் இல்லாமல் தூங்கலாம். - இது நான் என் அனுபவத்தில் கண்ட உண்மை. - ஈஷ்



Adyar: Sri Murugan Stores Ph: 24917032, Ambal Stores Ph : 52150345, **Ambattur:** Mary Stores Ph: 26572129, **Aminjikarai:** Amara Stores Ph: 26216181, **Anna Nagar:** Santhosh Super Stores Ph: 26225017, **Ayanavaram:** Bharatham Stores Ph: 55682999, **Alwarpet:** Abirami Home Appliances Ph: 24995710, **Kellys:** Ketana Home Collection Ph: 26446095. **Mylapore:** A. Thangavel Nadar Stores Ph: 24941562, K. Ramanathan & Co Ph: 24980821, **Madipakkam** : Metro Metals Ph : 22421542 **Nanganallur:** Balasubramanian Metals Ph: 22343344, **Padi:** Santhosh Metal Corporation Ph: 26259103, **Pallavaram:** Chellamani & Co Ph: 22641546, Raja Stortes Ph : 22640393 **Parrys:** M.A. Ethirajulu Naidu Ph: 25355106, **Poonamallee:** Selvam Stores Ph: 26273076, **Porur** : Chandra Stores Ph: 24828710, Kumaran Stores Ph: 52084649, **Purasaiwalkam** : Rathna Stores Firm Ph: 26614565, **Perambur** : Pandian Stores Ph : 26701258 **Royapuram:** Rehopoth Kitchen Collection Ph: 25960403, **Selaiyur:** M.S.I. Raja Stores Ph: 22290406, **Tambaram:** Roja Stores Ph: 22266924, **Tiruvottiyur** : S. Selladurai Nadar Marketing Ph : 25733989 **T.Nagar:** Rathna Stores Firm **(Pondy Bazaar)** Ph: 24329900, Rathna Stores Firm **(Usman Road) Ph: 24324444**, Rathna Stores **(Ranganathan St)** Ph: 24342299, Jeyachandran Textiles Ph: 24339971, Ketana Home Collection Ph: 28154214, **Velacherry:** Sri Venkateswara Super Market Ph: 52022226, **Washermanpet:** S. Selladurai Nadar Corporation **Ph: 25967780,** Tuticorin Stores Ph: 25954477.

போட்டு மடக்கி வஜ்ஜிராசனம் போட்டு அமரவும். உள்ளங்கைகளை வயிற்றின் மீது வைக்கவும்.

2. மெதுவாக ஓரே சீராக உள்ளே மூச்சை இழுக்கவும். அப்படி இழுக்கும் போது வயிறு விரிந்து உப்ப வேண்டும். மூன்று எண்ணிக்கை அளவு எடுக்க வேண்டும்.

3. மூன்று எண்ணிக்கை அப்படியே இருந்து மெதுவாகவும் சீராகவும் உள்ளே இழுத்த மூச்சை வெளியே விட வேண்டும். மூச்சை வெளிவிடும் போது வயிறு ஒட்டி உள்ளே அமுங்கி ஆறு எண்ணிக்கை வரையில் வெளியே விட வேண்டும். இதுபோல் ஐந்து தடவை செய்யவும்.

மார்பு மூச்சு - இரண்டாவது வகை

1. மார்பை கைகளால் பிடித்துக் கொண்டு மூச்சை மெதுவாக மூன்று எண்ணிக்கை இழுக்கவும்.

2. இவ்வாறு செய்யும் போது மார்பு நன்றாக விரிய வேண்டும். எடுத்த மூச்சை அப்படியே மூன்று எண்ணிக்கை வைத்திருக்கவும்.

3. கைகளால் மார்பை மெதுவாக அமுத்தியபடி ஆறு எண்ணிக்கையளவில் மெதுவாக மூச்சை வெளியிட ஆரம்பிக்கவும்.

4. அப்படியே மூன்று எண்ணிக்கை இருந்து விட்டுத் திரும்ப ஐந்து முறை செய்யவும். இதுவே மார்பு மூச்சு முறை.



தோள்பட்டை மூச்சு - மூன்றாவது வகை.

1. கைகளைத் தோள் பட்டை மீது வைத்து மெதுவாக மூச்சை மூன்று எண்ணிக்கை இழுக்கவும்.

2. இவ்வாறு இழுக்கும்போது தோள் பட்டையை மெதுவாக உயர்த்த வேண்டும். மூன்று எண்ணிக்கை அப்படியே இருந்த பிறகு எடுத்த மூச்சை வெளியிட ஆரம்பிக்கவும்.

3. ஆறு எண்ணிக்கையில் வெளியிட்ட பிறகு தோள் பட்டையை சாதாரண நிலைக்குக் கொண்டு வரவும்.

4. மூன்று எண்ணிக்கை அப்படியே மூச்சை இழுக்காமல் இருந்து தொடர்ந்து ஐந்து முறை இதே பயிற்சியைச் செய்யவும்.

இந்த யோகி முறை மூச்சுப் பயிற்சியை மேற்கூறியபடியே அதே வரிசையில் மூன்றையும் சேர்த்துச் செய்ய வேண்டும்.

ஆஸ்துமா நோய் மிகத் தீவிரமாக இருக்கும் போது நெஞ்சு வலி அதிகமாகி மூச்சு முட்டும். அந்த நேரத்தில் மக்ராசனம் நிலையில் பத்து நிமிடங்கள் இருந்தால் போதும். மூச்சு சரியாகி உடல் ஓய்வு பெறும்.

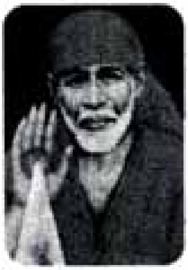
மக்ராசனம் செய்யும் முறை :

1. விரிப்பின் மீது குப்புறப்படுத்து இரண்டு கைகளையும் முன்னால் கொண்டு வரவும்.

2. வலது கையை மடித்து இடது தோள் பட்டை மீதும் இடது கையை மடித்து வலது தோள் பட்டை மீதும் வைத்து முகத்தை மடித்த கைகளின் இடையே வைத்து நெற்றிப் பொட்டை கைகளின் மீது அமுத்தி வைக்க வேண்டும்.

3. கால்களை பிரித்து விலக்கி வைக்க வேண்டும். மூச்சை நன்கு ஆழமாக இழுத்து விட வேண்டும். கண்கள் மூடியிருக்க வேண்டும்.

4. சில வினாடிகளுக்குப் பிறகு கால்களை ஒன்றுசேர்க்க வேண்டும். கைகளைப் பிரித்து நீட்ட வேண்டும். வலது அல்லது இடதுபுறமாக புரண்டு ஒருக்களித்து எழுந்து அமர வேண்டும்.



Om Sai Sri Sai Jai Jai sai

SHRI SAI CHARAN TRUST

140, First Floor, Seshan Complex, Anna Salai, Saidapet, Chennai - 15. Ph : 55638612. Mobile : 9444376887
Email : sainov23@hotmail.com
http://saidarbarusa.org/saicharan

அன்புடனும், பக்தியுடனும் யாரொருவர் எனக்கு ஒரு இலை, ஒரு மலர், ஒரு பழம் அல்லது தண்ணீரை சமர்ப்பிக்கிறார்களோ அந்தத் தூய்மையான தன்னடக்கமுடையவருடைய அன்புக் காணிக்கையானது ஆர்வத்துடனும், தாமதமின்றியும் என்னால் ஏற்றுக் கொள்ளப்படுகிறது.

- பகவான் ஸ்ரீ கிருஷ்ணர், பகவத் கீதை

பேரன்புடைய சாயி பக்தர்களே,

பகவான் ஷீரடி சாயி பாபாவின் மகத்தான கருணையாலும் நல் ஆசியாலும், மேற்படி அறக்கட்டளையினால் ஷீரடி சாயி பாபாவின் ஆலயம் (உத்திர ஷீரடி) மற்றும் இலவச மருத்துவமனை ஒன்றையும் சென்னை திருச்சிராப்பள்ளி மார்க்கத்தில் (சென்னையிலிருந்து 89 கி.மீ. தொலைவில்) மதுராந்தகம் அருகில் உள்ள நேத்தப்பாக்கம் என்ற கிராமத்தில் ரூ.50 இலட்சம் அளவில் கட்ட இருக்கின்றோம்.

மேற்படி ஆலய கட்டுமான வேலையினை வருகின்ற பிப்ரவரி மாதம் 2ம் தேதி, 2006 ஆரம்பிக்க திட்டமிடப்பட்டுள்ளது.

தனது மட்டற்ற அருளை மனித சமுதாயத்தின்பால் ஜாதி, மத, இன வேறுபாடின்றி வழங்கி வரும் பகவான் **ஸ்ரீ ஷீரடி சாயி பாபாவின்** ஆலயத் திருப்பணிக்கு சாயி பக்தர்களாகிய தாங்கள் தாராளமாக நன்கொடைகளை தர வேண்டுகிறோம். பணமாக உதவும் அன்பர்கள் தவிர, மேற்படி கட்டட நிர்மாணத்திற்கு பொருட்களாக தர விரும்புவோர்கள் அவ்விவரத்தை அறக்கட்டளையினரிடம் தெரிவிக்க கோருகிறோம். இவ்விதம் வழங்கப்படும் உதவிகளுக்கு தனிப்பட்ட ரசீதுகள் வழங்கப்படும்.

நன்கொடைகள் 'Account Payee' Crossed Cheque / Demand Draft-ஆக **"SHRI SAI CHARAN TRUST"** சென்னை என்ற பெயரில் எடுக்கப்பட்டு மேற்கண்ட முகவரிக்கு அனுப்ப வேண்டுகிறோம்.

ஜெய் சாயிராம்



Winner of Women Entrepreneur Award
By Inner Wheel Club of Madras East

CITY & GUILDS - U.K.

Diplomas & Advanced Diplomas in Beauty Therapy & Hair Dressing

Opening Shortly
5/7, Venkatnarayana Road,
Padmalaya Apts., T.Nagar, Chennai-17.
Ph. : 42071810

THE VISIBLE DIFFERENCE

Hair & Beauty Salon & School of Cosmetology

EXCLUSIVE

Skin Treatements : Skin Miracles - France
Janssen - Germany
Lotus Herbals Professional
Herbal - Ayurvedic

Hair Treatments : L'oreal - France
Schwarzkopf - Germany
Wella - Germany

COMPLETE PROFESSIONAL COURSE FOR COSMETOLOGIST

- Art of Make-up
- Cosmetic Preparation
- Use of Machines for beauty
- Hair cuts & styling
- Scalp & Skin Disorders

தமிழிலும்
பயிற்சி
அளிக்கப்படும்

Contact : **Mrs.VASUNDHRA,** M.A., DIP BTHD, P.G.DIP (C&G) U.K. AESTHETICIAN (USA)
5, Balaji Avenue, First Street, (Opp. to Vidyodaya School) T.Nagar, Chennai - 600 017. Ph : 2834 4079 / 2834 3815
E-mail : Vasundhra@eth.net Website : www.vasundhra.com
227, Avvai Shanmugam Road, Gopalapuram, Chennai - 600 086. Ph : 2835 0600

ALAGAPPA UNIVERSITY

Directorate of Distance Education, Karaikudi

ACCREDITED WITH "A" GRADE BY NAAC (5 STAR)

Calendar Year Admissions 2006

MBA
2 Years

Marketing, Finance, HR, Systems, International Business, Investment Management, Project Management, Hospital Management, Shipping and Port Management, Banking and Finance, Corporate Secretaryship

M.Phil
1 Year

- Tamil
- English
- History
- Education
- Mathematics
- Management
- Commerce
- International Business
- Corporate Secretaryship
- Computer Science

I.T. Courses

MCA (L.E) - 2 Years
M.Sc (IT) - 2 Years
BCA - 3 Years
PGDCA - 1 Year

POST-GRADUATE DEGREE COURSES (2 YEARS)

M.Com [English and Tamil]
M.Com (Insurance Management) [Eng & Tamil]
M.Com (Finance and Control)
M.Com (Marketing)
M.S (Education Management)
M.A (Tamil) M.A (English)
M.A (Personnel Managt. & Industrial Relations)
M.A (Mass Communication and Journalism)
M.A (Child Care and Education)
M.Sc (Mathematics) M.A (Women's Studies)

UNDER-GRADUATE COURSES (3 YEARS)

B.Litt (Tamil) B.A (English)
B.A (History) [English and Tamil]
B.A (Public Administration) B.Sc (Psychology)
B.Sc (Mathematics) B.B.A [English and Tamil]
B.B.A (Rural Industries) B.B.A (Banking)
B.Com [English and Tamil] B.Com (Comp. Applns)

POST-GRADUATE DIPLOMA COURSES (1 YEAR)

Hospital Administration
Business Management Sports Management
Personnel Mgmt. & Industrial Relations

OPEN UNIVERSITY SYSTEM

Above 18 years, Without any formal Education can join
All UG COURSES

Spot Admission & Classes by Authorised Study Centers

Adyar - 42300300, 42604460; Ambattur - 26580600, 98840 23040; Anna Nagar - 26155878, 26155911; Anna Salai - 28295232, 42149889, Avadi - 26376699, 98403 76802, Saidapet - 22350806, 22201333, Tambaram - 22262444, 98844 95833, Thiruvattiyur - 55421999, 98840 22898, Vadapalani - 22251155, 22253123, Thanjavur - 246006 / 572304.

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் & OKJ
இணைந்து வழங்கும்

SINCE 1933
ORIGINAL KERALA JEWELLERS
74, USMAN ROAD

மணி மங்கை



• ராஜுஸ்ரீ, காரைக்கால் வாசகி

நான், என் கணவர், குழந்தைகளுடன் புதுடெல்லியில் வசித்து வருகிறேன். என் கணவர் அரசுப் பணியில் இருக்கிறார். நான் இல்லத்தரசியாக இருக்கிறேன்.

இக்காலத்தில் பெண்கள் வேலைக்குச் செல்வது என்பது மிகவும் அவசியமாகி விட்டது. நானும் வீட்டிலிருந்தபடியே குழந்தைகளையும் பார்த்துக் கொண்டு சம்பாதிக்க முடியுமா என்று நினைத்துக் கொண்டிருப்பேன். நான் ஓரளவு நன்றாகச் சமைப்பேன் என்பதால் ஃபாஸ்ட் ஃபுட் மூலம் பொருள் ஈட்ட முடியுமா? என்று யோசித்தது உண்டு. என் கணவரிடம் அதைப் பற்றிக் கூறும்போது ஆர்வம் காட்ட மாட்டார். ஆனால் பங்குச்சந்தை பற்றிய விஷயங்களை தொலைக்காட்சிகளிலும், பத்திரிகைகளிலும் பார்த்து வரச் சொல்லுவார். ஆனால் எனக்கு அதைப் பற்றிய விவரங்கள் தெரியாததால், எனக்கு அதன் மீது நாட்டம் செல்லவில்லை. அது மட்டும் இல்லாமல், நம்மால் பங்குச்சந்தையில் முதலீடு செய்ய முடியுமா? அதற்கு பங்குச்சந்தையைப் பற்றிய அடிப்படை விஷயங்கள் நிறையப் படிக்க வேண்டுமே!

ரூ.25,000/-
மதிப்புள்ள தங்க நகை பரிசு பெறும் கட்டுரை



மங்கையர் சக்தி மகத்தான சக்தி

ATHREYA
READY MADE BLOUSES

அழகான புடவை,
அளவான மேக்கப்,
வைரத்தோடு - வளையல் -
மோதிரம்,
எல்லாம் சரி...
ஆனால் சரியான
ரவிக்கை அணியாவிட்டால்
அத்தனையும் OUT.
இதற்கு ஒரே வழி
ஆத்ரேயா ரவிக்கைகள்தான்.
என்றும் உங்கள்

ஆத்ரேயா



ரெடிமேட் ரவிக்கைகள்
பெட்டிகோட்ஸ்
நைட்டீஸ்
சல்வார் மெட்டீரியல்
ப்ரா மற்றும் பேன்டீஸ்

வாருங்கள்! அணிந்து மகிழுங்கள்!!

ATHREYA
No.1, Jambulingam Street, (Valluvar Kottam High Road),
Nungambakkam, Chennai - 600 034.
☎ 28226586 Fax : 091-044-25360076
E-mail : raj@oceanload.com

SINGAPORE : MUSTAFFA
UAE : LULU CENTRE
KARAIKAL : EVE'S PARK, BARATHIYAR STREET
THANJAVUR : LATHA. PH : 240836
NANGANALLUR : CHARY'S STORE, CHENNAI-61. ✆ 55298033

CHARY'S, 9382845060

பெட்டிக் கதை

பிண்டம்

மகாராஜன் இறந்து, பதினைந்து தினங்கள், அழுகையிலும் ஆறுதலிலும் ஓடி விட்டன. மூன்று பையன்கள், இரண்டு பெண்கள் மட்டுமல்ல, மருமக்களும், பேரப் பிள்ளைகளும் கூட, சாஸ்திரங்களில் கவனமுடனிருந்து, விரதம் முடித்தார்கள்.

மறுநாள், எல்லாச் சடங்குகளும் முடித்து, பிண்டம் வைத்துக் காத்திருந்தார்கள் காக்கைக்காக. அரை மணி நேரமாகியும், காத்திருந்ததுதான் மிச்சம் காக்கைக்காக... அனைவர் முகங்களிலும் கவலை பரவ ஆரம்பிக்க, வேகமாக வந்த அணில் ஒன்று சுவைக்க ஆரம்பித்தது. மூத்தவன் முரளி விரட்ட முயலும் போது, ஐயர் தடுத்து நிறுத்தி, ஏதோ உயிரினம் உண்ண வேண்டும். அணிலாயிருந்தால் தப்பில்லை. தேற்றி விட்டு, சடங்குகளை முடித்தாலும், முரளியின் மனத்தில் மட்டும் நெருடல்.

எல்லோரும் ஊர் சென்றபின், அப்பாவின் அலமாரியை ஒழித்த வேளையில், டைரி கிடைக்கவே, புரட்டும் பொழுது, தற்செயலாக ஒரு பக்கத்தில் பார்வை நிலைத்தது. ''தினசரி நான் தரும் கடலையை ரசித்து உண்ணும் அணிலைக் காணவில்லை இன்று...'' நெருடல் விலகி, நெஞ்சம் நிறைவானது முரளிக்கு.

- என். கோமதி



பணம் நிறைய முதலீடு செய்ய வேண்டியிருக்குமே என்று யோசித்துக் கொண்டிருந்தேன். அந்தச் சமயத்தில் ஜூலை மாதம் 2005 மங்கையர் மலரில் பங்குச்சந்தையின் மூலம் சொத்து சேர்க்கலாம் என்ற கட்டுரையைப் படித்தேன். எனது கவனத்தை ஈர்த்த அக் கட்டுரையை இரண்டு, மூன்று தடவை படித்துப் பார்த்தேன். எனக்குப் புரியும் வகையில் மிகத் தெளிவாக இருந்தது. பங்குச்சந்தையைப் பற்றிய எனக்குத் தெரியாத விஷயங்கள், சந்தேகங்கள், அதில் முதலீடு செய்வது பற்றியும், அதில் முதலீடு செய்வதால் எந்த அளவுக்கு லாபம் பெற முடியும் போன்ற பல விஷயங்களைத் தெரிந்து கொள்ள அந்தக் கட்டுரை ஒரு சிறந்த வாய்ப்பாக அமைந்தது. மேலும் காலம் தாமதிக்காமல் டி-மேட் அக்கௌண்ட் மற்றும் டிரேட் அக்கௌண்டையும் ஆரம்பித்து ஒரு சிறு தொகைக்கு ஒரு கம்பெனியின் பங்குகளை வாங்கியுள்ளேன். அத் தொகையின் வளர்ச்சியைத் தினமும் தொலைக்காட்சிகளில் வரும் பங்கு மார்க்கெட் விலை நிலவரங்களைப் பார்த்துத் தெரிந்து கொள்கிறேன். பங்குச்சந்தை முதலீட்டில் நல்ல நம்பிக்கை பிறந்திருக்கிறது. என்னை அறிவுபூர்வமாகச் சிந்திக்க வைத்து, புத்திசாலித்தனமாகச் செயல்பட வைத்து, எனக்குச் சிறந்த விழிப்புணர்வை ஏற்படுத்திக் கொடுத்த மங்கையர் மலருக்கு என் நன்றியைத் தெரிவித்துக் கொள்கிறேன்.

- விஜயசித்ரா ராஜேந்திரன்.

வட இந்தியா சுற்றுலா

மஹா சிவராத்திரி ஸ்பெஷல் – காசி யாத்திரை

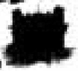
ரயிலில் ஆகார வசதியுடன்

18.02.2006 முதல் 12 நாட்கள் மற்றும் மாதந்தோறும் 18ம் தேதி சென்னை - ஆக்ரா - மதுரா - டெல்லி - ஹரித்துவார் - ரிஷிகேஷ் - அலகாபாத் (திரிவேணி) - காசி - கயா - புத்தகயா - சென்னை



நபர் 1 க்கு ரூ. 5,490/-

ஜெய்ப்பூர் - அமிர்தசரஸ் - காசி : 17.02.2006 மற்றும் பிரதி மாதந்தோறும் 17ந் தேதி சென்னை - ஜெய்ப்பூர் - அமிர்தசரஸ் - வாஹா - ஆக்ரா - மதுரா - டெல்லி - ஹரித்துவார் - ரிஷிகேஷ் காசி - கயா - புத்தகயா - அலகாபாத் - சென்னை



நபர் 1 க்கு ரூ. 6,290/-

ஆல்இந்தியா & காசி : 15.02.2006 முதல் 18 நாட்கள் மற்றும் மாதந்தோறும் 15ம் தேதி : சென்னை - மும்பை - ஜெய்ப்பூர் - ஆக்ரா - மதுரா - டெல்லி - ஹரித்துவார் - ரிஷிகேஷ் - அலகாபாத் - காசி - கயா - புத்தகயா - கல்கத்தா - சென்னை



நபர் 1 க்கு ரூ. 7,490/-

10 நாட்கள் காசி யாத்திரை : 21.02.2006 முதல் மற்றும் மாதந்தோறும் 25ம் தேதி : சென்னை - புவனேஷ்வர் - பூரி - கொனார்க் - கயா - புத்தகயா - காசி - அலகாபாத் (திரிவேணி) - சென்னை



நபர் 1 க்கு ரூ. 4,490/-

7 நாட்கள் Classic காசி : 23.02.2006 முதல் மற்றும் மாதந்தோறும் 10ம் தேதி : சென்னை - அலகாபாத் (திரிவேணி) - காசி - சென்னை



நபர் 1 க்கு ரூ. 3,490/-

நவஜோதிர் லிங்க யாத்திரை : 27.02.2006, 27.04.2006 மற்றும் 27.05.2006 முதல் 15 நாட்கள் : சென்னை - புனே - பீமாசங்கரம் - பரளிவைத்தியநாதம் - அவுரங்காபாத் - அஜந்தா - எல்லோரா - அவுண்டநாகநாதம் - சனிசிங்கநாப்பூர் - ஷிர்டி - நாசிக் - பஞ்சவடி - உஜ்ஜயினி - மகாகாளேஸ்வரம் - ஓங்காரேஸ்வரம் - விராவல் - சோமநாத் - ஸ்ரீசைலம்

நபர் 1 க்கு ரூ. 6,990/-

மேலும் பல யாத்திரை மற்றும் ரயில் சுற்றுலாக்கள் உள்ளன.
தொடர்பு கொள்ளவும் :

ஸ்ரீ முருகன்
டிராவல் ஏஜென்ஸ்
(Reg. Govt. of India Tourism)

No.1. அகில இந்தியச் சுற்றுலா நிறுவனம்

10, வடக்கு ஆவணி மூல வீதி, மதுரை – 625 001

போன் : 2626481, 2622656, 2622561, 2632766

பேக்ஸ் : 0452 – 2626481, 5379529

சென்னை : 044-24730450, 23725133

கோவை : 0422-2437578 - திருச்சி - 0431-2718929, 98421-62265

உங்க தலைமுடி அடர்த்தியும் நீளமுமில்லாம ரொம்பக் குட்டையா இருக்கா ?

கவலையே படாதீங்க !

ஹேர் ப்ளஸ்

ஹேர் ஆயில் உபயோகப்படுத்துங்க உங்க தலைமுடி அழகா, அடர்த்தியா, நீ...ளமா வளரும் !



Hair Plus

அதி அற்புதமான மூலிகைக் கலவைகள் கொண்டு பிரத்யேகமான முறையில் செறிவூட்டப்பட்ட ஹேர் ஆயில்.

கொத்துக் கொத்தாக முடி கொட்டுதல், பூச்சிவெட்டு, பொடுகு, இளநரை, செம்பட்டை முதலியவற்றைப் போக்கி அடர்த்தியான கூந்தல் செழித்து வளரச் செய்கின்றது.

கண்கள் மற்றும் முழு உடலுக்கும் குளிர்ச்சி தந்து, டென்ஷனைப் போக்கி, ஆழ்ந்த தூக்கம் தருகின்றது.

ஒரு முறை உபயோகித்துப் பாருங்கள் நிச்சயமாக நல்லதொரு மாற்றத்தை உணர்வீர்கள்.

அனைத்து மருந்துக்கடைகள் / டிபார்ட்மெண்ட் ஸ்டோர்கள் மற்றும் சூப்பர் மார்க்கெட்டுகளில் கிடைக்கும்

M.R. HOSPITAL

A Multi Speciality Hospital Offers Total Healthcare under Single Roof

- ***Integrated Haemodialysis Kidney Transplant Centre***

  சிறுநீரகம் சம்மந்தப்பட்ட அனைத்து நோய்கள் மற்றும் மாற்று சிறுநீரக அறுவை சிகிச்சைக்கு மிகச் சிறந்த முறையில் நவீன தொழில் நுட்பத்துடன் கூடிய குறைந்த கட்டண சேவை மையம்.





- ***Cardiology and Cardiothoracic Surgery***

  இதயம் சம்மந்தப்பட்ட அனைத்து நோய் மற்றும் கொரோனரி டைபாஸ், வால்வு மாற்று அறுவை சிகிச்சைக்கும் நவீன தொழில் நுட்பத்துடன் கூடிய மிகச் சிறந்த சிகிச்சை மையம்

- ***Plastic, Cosmetic & Breast Surgery***

  முகம், தாடை சீரமைப்பு, மூக்கழகு அறுவை சிகிச்சை, மார்பகம் சம்மந்தப்பட்ட குறைபாடுகள் நீக்குதல், தீப்புண், வெட்டுக்காயம், கை மற்றும் பிறவி குறைபாடுகள் நீக்க குறைந்த கட்டணத்துடன் கூடிய மிகச்சிறந்த சிகிச்சை மையம்.



எம்.ஆர். மருத்துவமனை

20, கோவிந்தன் தெரு, அய்யாவு காலனி, அமைந்தகரை, சென்னை - 600 029.
போன்: 23633317 / 18 / 19 ஃபேக்ஸ்: 2363 1615
www.mrhospitalchennai.com | E-mail: mail@mrhospitalchennai.com

என்றும் உங்களுடன்

மங்கையர் மலர்

Sri Krishna Sweets
Private Limited

இணைந்து வழங்கும்

உள்ளம் உயர்ந்திட

சக்தி கொடு!



மங்கையர் மலரும் ஸ்ரீ கிருஷ்ணா ஸ்வீட்ஸ் நிறுவனமும் இணைந்து நடத்திய 'சக்தி கொடு' நிகழ்ச்சி சென்னை, மீனாட்சி மகளிர் கல்லூரியில் சிறப்பாக நடைபெற்றது.

சொல்லின் செல்வியும், ஆன்மிகப் பேச்சால் உள்ளங்களைக் கொள்ளை கொள்ளுபவருமான டாக்டர் சுதா சேஷையன் இம்முறை கல்லூரி மாணவிகளுக்கு டானிக் கொடுத்தார் தன் பேச்சு மூலம்!

"எதற்கெல்லாம் சக்தி வேண்டும்? சாப்பிடுவதற்கு, பேசுவதற்கு அனைத்துக்கும் சக்தி வேண்டும். கஷ்டமான சூழலில் சீராக மூச்சு விடுவதற்குக் கூட சக்தி வேண்டும். அப்படிப்பட்ட இந்தச் சக்தியை எப்படி வரிசையாகப் பயன்படுத்துவது என்பதில்தான் சூட்சுமமே அடங்கியுள்ளது.

வேண்டாத விஷயங்களுக்கெல்லாம் சக்தியை செலவழித்துவிட்டு வேண்டிய விஷயங்களுக்கு சக்தி இல்லாமல் தவிக்கிறோம்.

உதாரணமாக; நீங்கள் ஒரு தேர்வு எழுதிவிட்டு வெளியில் வந்தபின் அதில் தெரிந்த கேள்விக்குப் பதில் எழுதாமல் விட்ட விஷயத்தை எண்ணியே மருகி, மருகி வேதனைப்பட்டு கடைசியில் அடுத்த நாள் எழுத வேண்டிய பரீட்சைக்குப் படிக்க உங்களுக்கு சக்தியில்லாமல் போய்விடுகிறது.



அடுத்தது யாரிடமிருந்து சக்தியைப் பெறுவது? ஒரு முட்டையை கைகளில் எடுத்துக் கொண்டு அதன் எல்லா பக்கங்களையும் ஐந்து விரல்களால் மூடிக் கொண்டு சீராக அழுத்தி பிடித்துப் பாருங்கள். அந்த முட்டை உடையவே உடையாது. இத்தனை அழுத்தத்துக்கும் ஒரு சின்ன கீறல் கூட அதில் விழாது. ஆனால் இதே முட்டைதான் அதனுள்ளிருக்கும் சிறிய ஜீவனிட

சக்தியை அதிர்ஷ்டம் வென்று விடுகிறதே!

'நாள்தோறும் நல்லது செய்வோம்!'

ஸ்ரீ கிருஷ்ணா ஸ்வீட்ஸ் நிறுவனம், சபாக்கள், தன்னார்வத் தொண்டு நிறுவனங்கள் மற்றும் கலைஞர்களோடு கைகோர்த்து, சமுதாய மேம்பாட்டுக்காக இந்த வருடத்தில் எல்லா நாட்களிலும், அதாவது 2006-ம் ஆண்டு ஜனவரி 1-ம் தேதி முதல் டிசம்பர் 31-ம் தேதி வரை 365 நாட்களும் தினமும் ஒரு நல்ல நிகழ்ச்சியை 'சென்னை 365' என்று மக்களுக்கு வழங்கி வருகிறார்கள். இது முழுக்க முழுக்க சேவை அடிப்படையில் துவக்கப்பட்டுள்ளதால் இந் நிகழ்ச்சிகளுக்கு கட்டணங்கள் கிடையாது என்கிறார் இந் நிறுவனத்தின் இயக்குநர் திரு. முரளி சர்மா! இந் நிகழ்ச்சிகளில் தலைசிறந்த சங்கீதக் கலைஞர்கள், பேச்சாளர்கள், ஆன்மிக சொற்பொழிவாளர்கள், நிபுணர்கள், விளையாட்டு வீரர்கள் பங்கேற்று மக்களின் கண்ணுக்கும், செவிக்கும் விருந்து படைக்கவுள்ளார்கள்.

- கிருபா

மிருந்து வரும் சின்ன உந்துதலினால் உடைபட்டு அதை வெளிக்கொண்டு வருகிறது.

ஆக சக்தி என்பது வெளியிலிருந்து பெறப்படுவதில்லை. நம் ஒவ்வொருவரிடமும் உள்ளே உள்ள அந்த ஆற்றலை, சிறு தீப்பொறியை, சக்தியை யார் முழுமையாகப் பயன்படுத்திக் கொள்கிறோமோ அவர்கள்தான் சாதனையாளராக மாற முடியும்.

அடுத்தது சின்ன விஷயங்களுக்கெல்லாம் துவண்டு போய்விடக் கூடாது. இதனால் என்னாகிறது? உங்களிடம் உள்ள சக்திதான் வீணே செலவாகிறது. கவலைப்படுவதை விட்டுவிட்டு பிரச்னைகளைக் கண்டு பயந்து ஓடாமல், அதை எதிர்த்து துணிந்து நில்லுங்கள். வெற்றி உங்கள் காலடியில். நான் முன்னே சொன்னது போல் எந்தெந்த விஷயங்களுக்கு சக்தியைப் பயன்படுத்த வேண்டும் என்கிற அடிப்படை விஷயத்தை மட்டும் நீங்கள் ஒவ்வொருவரும் புரிந்து கொண்டு விட்டால் இங்கு வீற்றிருக்கும் ஒவ்வொரு மாணவியும் சாதனை செய்ய முடியும்.''

சுதா சேஷையனின் ஆற்றல்மிக்க இந்தப் பேச்சுக்குப் பின் கல்லூரி மாணவியரின் கேள்விக்கணைகள் பறந்தன. அவற்றிலிருந்து சில:

தீப்தி: சக்தியை வெளிப்படுத்தினால் மட்டும் வெற்றி கிடைக்குமா?

முதலில் வெற்றி என்பது எது? ஒருவருக்கு கார் வாங்குவதோடு வெற்றி நிறைவு பெற்றுவிடும். மற்றொருவருக்கு அந்தக் காரில் ஊர் சுற்றுவதில்தான் வெற்றி அடங்கியிருக்கும். ஆகவே வெற்றி என்று நீங்கள் எதை நினைக்கிறீர்களோ அதற்கு உங்கள் சக்தியை செலவழிக்கிறீர்கள். முதலில் வெற்றிக்கான பாதையைத் தேர்ந்தெடுத்துக் கொண்டு அதற்கான சக்தியைச் செலவழித்தால் நிச்சயம் வெற்றி கிடைக்கும்!

கி. ஷீலா: சக்தி நம்முள் தோன்றினால் எவ்வளவு சாதனை படைக்க முடியும்?

சாதனைகளுக்கு வானம்தான் எல்லை! இதற்கு ஒரு குறிப்பிட்ட தூரத்தையோ, அளவையோ சொல்லிவிட முடியாது. எல்லைகளைத் தாண்டியும் சாதனைகள் படைக்க முடியும். சாதிக்க வேண்டும் என்கிற மனம் மட்டும் இருந்து விட்டால் அதற்கு வானமே எல்லை!

எஸ்.வீ. தீபிகா: நீங்கள் சொன்ன சக்தியை சில சமயம் அதிர்ஷ்டம் வென்று விடுகிறதே!

இக்கேள்விக்கு ஓர் உதாரணம் மூலம் விளக்க விரும்புகிறேன். நமது மாண்பு மிகு ஜனாதிபதி அப்துல்கலாம் வாழ்வில் நடந்த முக்கிய சம்பவம்:

டிப்ளமோ இன் ஏரோனாடிக்கல் இன்ஜினியரிங் படிப்பு முடித்து விட்டு அவர் தனது வாழ்வின் குறிக்கோளான

DHURUVAN WOOD CRAFT

Specialist in Flat Interior

- Modular Kitchen
- Modular Furniture
- Modular Office



Mft. Post Forming Shutter, Table Top & Edge Band

No. 24/27, Dr. Ambedkar Road, Kodambakkam, Chennai - 24.
Ph: 2483 5194 / 98402 24972 E-mail: designs_dwc@yahoo.com

ACCURATE ASTROLOGICAL PREDICTIONS

based on KRISHNAMURTHI PADHDHATI



SOWMIYA

No.1, Matrimonial Centre

- An Easy & Secured Internet Website to identify your Better Half
- 1000s of Profiles / Horoscope / Match making. Basic Predictions

இன்றே இலவசமாக கீழ்காணும்
இணைய தளத்தில் அல்லது
தபால் மூலமாக ஜாதக
விவரங்களை அனுப்பி ரிஜிஸ்டர்
செய்து தங்கள் மனதிற்கினிய
வாழ்க்கை துணை நன்றே
அமையப்பெற்று மகிழ்வடையுங்கள்.

SOMAYAJI RANGANATHAN

(K.P. System Astrologer)

Visit:www.sowmiyamatrimonial.com

No.37/55, Civil Aviation Colony, Near Kubera Ganapathy Temple,
Nanganallur, Ch-61. Ph: 5548 4072 / 3099 4072 / 93821 36869
Email:-admin@sowmiyamatrimonial.com

விமான ஓட்டுநர் பயிற்சிக்கு டேராடூனுக்குப் பயணமானார். இப் பயணத்தின் நடுவே தில்லியில் வேறு ஒரு வேலைக்கான நேர்முகத் தேர்வையும் விருப்பமில்லாமல் ஏனோதானோவென்று முடித்துக் கொண்டு பயணத்தைத் தொடர்ந்தார். டேராடூனில் விமான ஓட்டுநர் பயிற்சியில் இவர் தேர்வாகவில்லை. அதிர்ஷ்டம் இவர் கைவிட்டுப் போனது. இப்பொழுது என்ன செய்வது? இத்தேர்வுக்காக ஊரிலிருந்து கடன் வாங்கி வந்துள்ளார். அந்தக் கடனைத் திருப்பித் தர வேண்டுமே. மனம் புழுங்கி, வேதனையோடு திரும்பி வந்தார். வரும்பொழுது எதற்கும் தில்லித் தேர்வு என்னாயிற்று என்று நம்பிக்கையில்லாமல் சென்று பார்த்தார். இங்கு அதிர்ஷ்டம் அவருக்குக் கைகொடுத்தது. இதில் அவர் தேர்வாகியுள்ளார். நினைத்த வேலை கிடைக்கவில்லை, ஆனால் எதிர்பார்க்காத வேலை கிடைத்துவிட்டது. கிடைத்ததில் உழைத்து இன்று அவர் உலகம் போற்றும் விஞ்ஞானியாகிவிட்டார்.

எஸ். சுஜிதா : தியானம் சக்திக்கு கைகொடுக்குமா?

பதில்: நிச்சயம். எந்தெந்த விஷயங்களுக்கு சக்தியைப் பயன்படுத்த வேண்டும் என்பதற்கு தியானம் ஒரு நல்ல பயிற்சி. தினமும் இரவு அன்று காலை முதல் இரவு வரை என்னென்ன செய்தோம், இதில் வேண்டிய விஷயங்கள் வேண்டாத விஷயங்கள், எத்தனை தடவை கோபப்பட்டோம், சந்தோஷப்பட்டோம் போன்றவற்றை ஓர் இடத்தில் உட்கார்ந்து அமைதியாகக் கண்ணை மூடி சிந்தித்துப் பார்த்தோமானால் தெரியவரும் நம் சக்தியை, ஆற்றலை எவ்வளவு தூரம் பயன்படுத்தியிருக்கிறோம் என்று. இதுதான் தியானத்தின் முதல் படி. தியானம் நமக்குள்ளே சிந்திக்கும் திறனை, ஒருமுக மனத்திறனை, நம்பிக்கையை ஊட்டுகிறது. எல்லாவற்றுக்கும் மேலாக நம் சக்தியை சீராக வெளிப்படுத்த உதவுகிறது!

தொகுப்பு: **சுநயனா**

மங்கையர் மலரின்
திருமண மலர்
இணைப்பிதழ்

வரும் மார்ச் 2006 இதழிலிருந்து திருமண மலர்ப் பகுதி, மங்கையர் மலரின் தனி இணைப்பிதழாக வெளிவருகிறது.

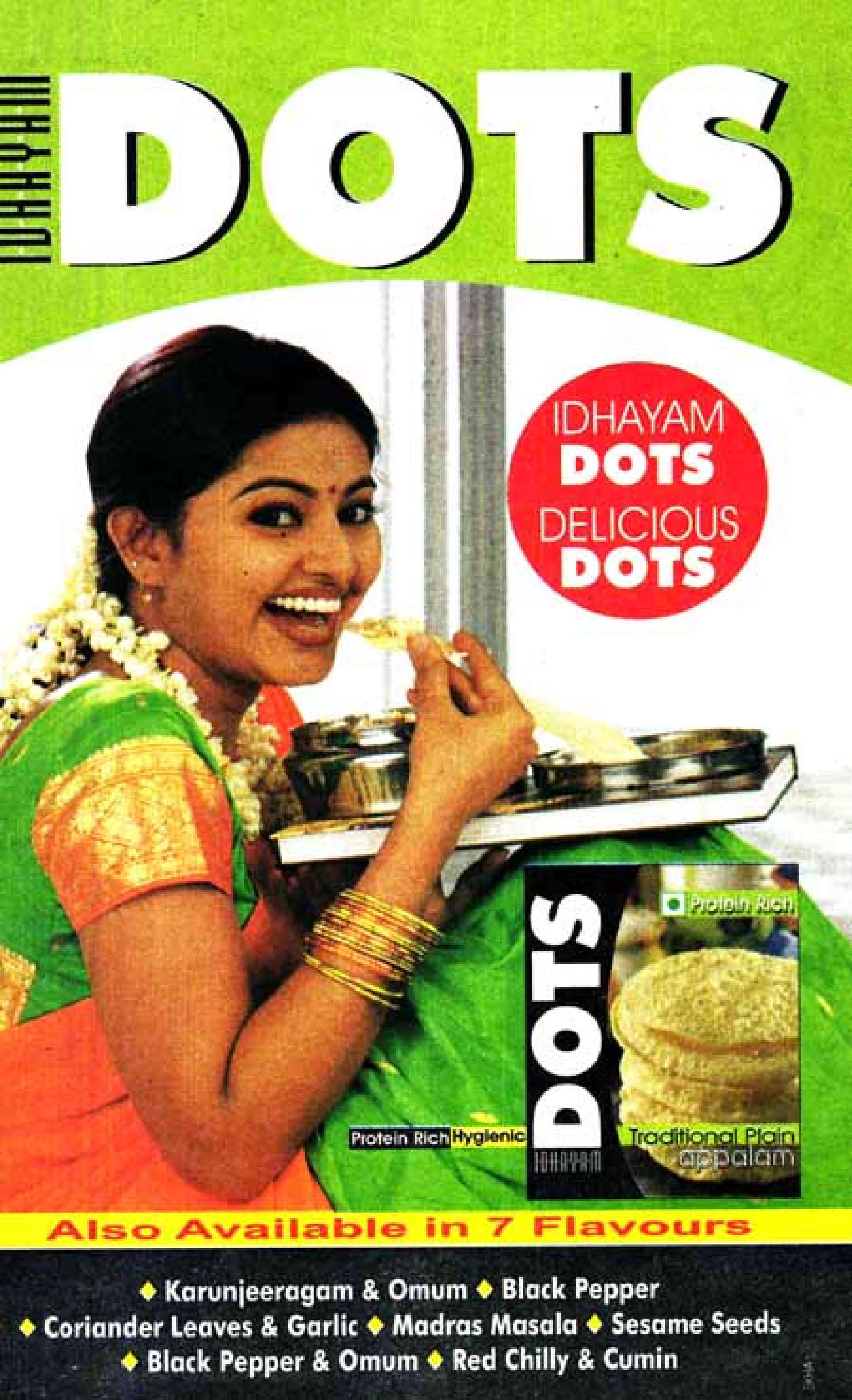
திருமண மலர் புதிய விளம்பரக் கட்டண விவரங்கள்
(ஏப்ரல் மாத இதழிலிருந்து)

முதல் முப்பது வார்த்தைகளுக்கு	ரூ. 500/-
30க்கு மேற்பட்ட வார்த்தைகள் ஒவ்வொன்றுக்கும் தலா	ரூ. 15/-
வண்ணத்தில் 'ஹைலைட்' செய்ய கூடுதல் கட்டணம்	ரூ. 100/-

1"X1" அளவில் வண்ணப் புகைப்படத்துடன் 30 வார்த்தைகள் அடங்கிய விளம்பரத்துக்கு ரூ. 800/-
(அதிகப்படியான வார்த்தை ஒவ்வொன்றுக்கும் ரூ. 15/-)

வண்ணப் புகைப்படத்துடன் விவரங்கள் அடங்கிய அரை பக்க Profile விளம்பரம் ரூ. 2500/-

வாசகர்களும், விளம்பரதாரர்களும், இந்தப் புதிய மாற்றங்களைப் பயன்படுத்திக் கொண்டு பலனடையுமாறு கேட்டுக் கொள்கிறோம். - பதிப்பாசிரியர், மங்கையர் மலர்.


IDHAYAM
DOTS
IDHAYAM
DOTS
DELICIOUS
DOTS
Protein Rich
DOTS
IDHAYAM
Protein Rich Hygienic
Traditional Plain
appalam
Also Available in 7 Flavours
◆ Karunjeeragam & Omum ◆ Black Pepper
◆ Coriander Leaves & Garlic ◆ Madras Masala ◆ Sesame Seeds
◆ Black Pepper & Omum ◆ Red Chilly & Cumin

மூட்டுவலிக்கு மூலிகை சிகிச்சை!



மூட்டுவலி பிரச்னை நாளுக்கு நாள் அதிகரித்துக் கொண்டே வருகிறது. அது மட்டுமா? இன்னும் புதுப்புது வியாதிகளும் நாள்தோறும் தோன்றுகின்றன. இதற்கெல்லாம் காரணம் நமது உணவு முறை மாற்றம்தான் என்று காரணம் காட்டுகிறார் ப்ளோரா லேப்ரேட்டரீஸ் என்ற மூலிகை மருந்துகளுக்கான ஆராய்ச்சி மற்றும் விற்பனை நிறுவனத்தை நடத்தி வரும் திரு. செந்தில்நாதன்.

"பீட்சா, பர்கர் என்று நம் சீதோஷ்ணத்துக்கு ஒவ்வாத மேல்நாட்டு உணவுகளை உட்கொள்ளும் பொழுது உடலில் உஷ்ணம் அதிகரித்து, வேண்டாத பல பிரச்னைகள் தோன்ற நாமே காரணமாகி விடுகிறோம்.



இதைத்தான் நம் முன்னோர்கள் முன்பே சொல்லிவிட்டுப் போயிருக்கிறார்கள், உணவே மருந்து; மருந்தே உணவு! என்று. வயிற்று உப்புசம், உடல் எரிச்சல், வாயுத் தொல்லை, உடலில் ஏற்படும் துர்வாசனை இவற்றையெல்லாம் நமது உணவுப் பழக்கங்கள் மூலமே கட்டுக்குள் கொண்டு வர முடியும்!

அதே போல முன்பெல்லாம் தலைவலி, காய்ச்சல் என்றால் வீட்டிலேயே பாட்டிமார்கள் கைவைத்தியம் செய்து தீர்ப்பார்கள். இன்றைக்கு இத்தகைய மூலிகைகளைப் பற்றித் தெரிந்து கொள்ள யாரும் முன் வருவதில்லை" என்கிறார் செந்தில்நாதன்.

கடந்த முப்பத்தைந்து ஆண்டுகளாக, ஆயுர்வேத மூலிகைகளை ஆராய்ந்து, அதிலிருந்து மருந்துகளைத் தயாரித்து நாடெங்கிலும் விற்பனை செய்து வரும் இந்த ப்ளோரா லேப்ரேட்டரீஸ் முதன் முதலில் 1970-ல் சுந்தரம் என்பவரால் மதுரையில் தொடங்கப்பட்டது.

இயற்கையான சூழ்நிலையில், வேதியியல் கலப்பில்லாமல் மூலிகைகளைக் கொண்டு தயாரிக்கப்படும் இவர்களது தயாரிப்பில் நீரிழிவு நோய், ஆஸ்துமா, மூலவியாதி, எலும்புத் தேய்மானம், எலும்புத் துளைபடுதல் போன்ற பிரச்னைகளுக்குத் தீர்வு தரும் மருந்துகள் அடக்கம்.

மேலும் நாற்பது வயதுக்கு மேற்பட்ட ஆண், பெண் இருபாலருக்கும் பாதிப்பை ஏற்படுத்தும் மூட்டுவலிக்கு முற்றுப்புள்ளி வைக்க வெண் நொச்சி, குரசானி, ஓமம் எனப் பத்து வகை மூலிகைகளை உள்ளடக்கி தயாரிக்கப்பட்ட ஆர்டீஸ் ஆயில் மக்களிடம் நல்ல வரவேற்பைப் பெற்று பெரும்பாலோர் பயன்படுத்தி வருவதாகக் கூறும் செந்தில்நாதன், "நாட்பட்ட மூட்டுவலிக்கு மாத்திரை வடிவங்களிலும் மருந்துகள் உண்டு" என்கிறார்.

மிகப் பெரிய அளவில் ஆயுர்வேத மூலிகை ஆய்வுக்கூடம் அமைத்து நமது பாரம்பர்யமிக்க ஆயுர்வேத சிகிச்சையின் சிறப்பை மக்களிடம் பரப்ப வேண்டும் என்பதை குறிக்கோளாகக் கொண்டு செயல்பட்டு வருகிறது இந்த ப்ளோரா லேப்ரேட்டரீஸ்!

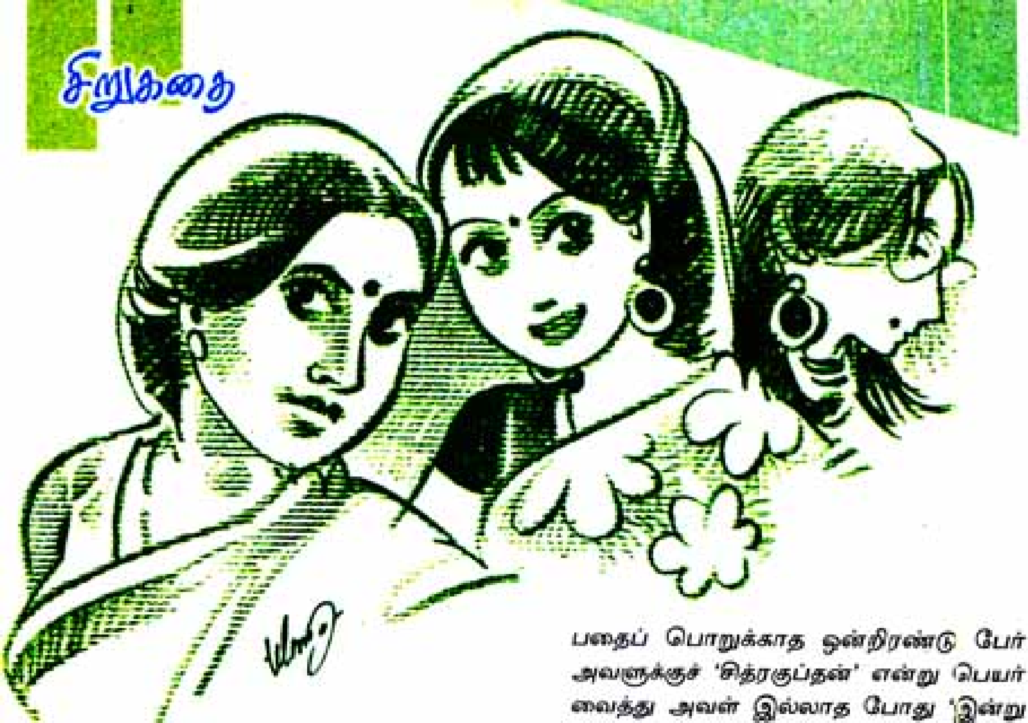
- ஆ. கிருபாநந்தன்

21-ம் நூற்றாண்டு விக்ரமாதித்யன் கதை

இந்தத் தடவை விக்ரமாதித்யன் வேதாளத்திடம் சொல்லி விட்டான். "இதோ பார் வேதாளம், திரும்பத் திரும்ப பழங்கதைகளைச் சொல்லி முடிவில் என்னைக் கேள்வி கேட்டு மடக்க நினைப்பதை விட்டு இந்த முறை ஏதாவது புதிதாகச் சொல்" என்றான். வேதாளமும் "சரி, உனக்கு இருபத்து ஒன்றாவது நூற்றாண்டில் வாழும் ஒரு தமிழ்க் குடும்பம் பற்றிச் சொல்கிறேன்" என்று ஆரம்பித்துக் கதையைத் தொடர்ந்தது. "அது ஒரு கூட்டுக் குடும்பம். மூன்று பிள்ளைகள், அவர்களின் மனைவிகள், அவர்களுடைய ஆறு குழந்தைகள், வயதான பெற்றோர்கள் எல்லோரும் ஒன்றாக இருந்தார்கள். வயதான தந்தைக்கு உயில் எழுத ஆசை. மூன்று பிள்ளைகளும் சமம் என்று உணர்ந்தாலும் மருமகள்கள் விஷயத்தில் கொஞ்சம் வித்தியாசம் இருப்பதாகத் தோன்றியது'' வேதாளம் தொடர்ந்தது

''முதல் மருமகள் வணிகத் துறையில் முதுகலைபட்டப் படிப்பு படித்து விட்டு, மேற்கொண்டு சார்ட்டர்டு அக்கவுண்டண்டு படிப்பையும் முடித்து வேலை பார்த்துக் கொண்டே குடும்பத்து வரவு செலவுகளைப் பார்ப்பவள். எல்லோருடைய சம்பளத்தையும் அவள் கையில் கொடுத்தார்கள். நிர்வாகத்திறன் அவளிடம் நன்றாகவே அமைந்திருந்தது. எல்லோருக்கும் துணிமணிகள், காலணிகள் என்று எதுவும் வாங்க அவள் கூடவே செல்வாள். பள்ளியில் படிக்கும் குழந்தைகளுக்காக மாதா மாதம் ஷுவுக்கு 100, செருப்புக்கு 50, டிரஸ்ஸுக்கு





200, பள்ளிக்கூடச் செலவுகளுக்கு 500, 1000 என்று ஒவ்வொருத்தர் பேரிலும் அக்கவுண்ட் வைத்து மாதா மாதம் சேமித்தாள். ஒவ்வொருத்தர் பேரிலும் வீடு வாங்க; ப்ளாட் வாங்க, பெண்களானால் கல்யாணச் செலவுக்கு என்று ஒவ்வொன்றுக்கும் கணக்கு வைத்துச் சேமித்தாள். வீட்டில் சமையல் சாமான்களும் அவள்தான் வாங்குவாள். எண்ணெய் நிறைய வாங்காமல், அதாவது மொத்தமாக அரிசி பருப்புப் போலில்லாமல் குறைத்து வாங்கி மாதக் கடைசியில் தீர்ந்து போனால்தான் வாங்குவாள். வீட்டில் ஒரு தையல் மிஷின் வைத்து வீட்டில் போடும் துணிமணிகளில் ஏதாவது சிறு சிறு கிழிசல்கள் ஏற்பட்டால் தைத்துப் போட்டுக் கொள்ளும்படி (மாமனாரைக் கூடச்) சொல்வாள். பஸ் போகுமிடங்களில் யாராவது ஆட்டோ, டாக்ஸியில் போக வேண்டுமென்று சொன்னால் கடிந்து கொள்வாள். அவள் கல்யாணமாகி வந்தது முதல் குடும்பத்தின் பொருளாதாரம் நிறைய நிறைய உயர்ந்தது. (ஆனாலும் அவள் கணக்குப் பார்ப்பதைப் பொறுக்காத ஒன்றிரண்டு பேர் அவளுக்குச் 'சித்ரகுப்தன்' என்று பெயர் வைத்து அவள் இல்லாத போது 'இன்று சித்ரா செய்த விஷயம் என்ன தெரியுமா' என்று பேசிக் கொள்வார்கள் ரகசியமாக!)

இரண்டாவது மருமகள் குரல் அந்த வீட்டில் கேட்டுக் கொண்டே இருக்கும்; யாராவது ஒரு குழந்தையிடம் ஏதாவது 'ஆர்டர்' கொடுத்துக் கொண்டிருப்பாள். "டேய், சீனு எந்திரு, மாலா இன்னும் என்ன கும்பகர்ண வேஷம்" என்று எல்லோரையும் காலையில் எழுப்புவது முதல், குளிக்கப் போ, புத்தகத்தை எடு, படி, ஹோம்-வொர்க் செய், சரளி வரிசையை இன்னும் ரெண்டு தரம் பாடு, ஷூவைச் சரியாப் போடு இத்யாதி இத்யாதி. ஸ்கூல் போய் வந்த பசங்களிடம் ஒவ்வொருத்தரையும் தனித்தனியாகக் கூப்பிட்டு இன்னிக்கு எந்தப் பாடம் கணக்கில், எது ஸைன்ஸில் என்று விசாரித்து அவர்கள் படுக்கும் வரை யார் பின்னாடியாவது இருப்பாள். குழந்தைகள் சாயங்காலம் விளையாடப் போக வேண்டியது. பெண் குழந்தைகள் கோலம் கற்றுக் கொள்வது, இப்படி ஒவ்வொன்றிலும், அவளுக்கு மிகுந்த ஈடுபாடு. அவர்கள் சாப்பிடும் போதும், கத்தரிக்காயிலே அது இருக்கு, கீரையிலே இரும்புச் சத்து என்று ஒவ்வொன்றாகச் சொல்லிச் சொல்லி எல்லோரையும்

ாப்பிட வைப்பாள். தினம் எல்லோரு ாடய ஸ்கூல் டிரஸ்ஸையும் இஸ்திரி 'போட்டு வைப்பாள். சாமிக்கு முன் 'ஸ்லோகம் சொல்வதையும் குழந்தை ளுக்குக் கற்றுக் கொடுத்தாள். (அவருக்கு ற்றவர்கள் ரகசியமாக அவளைப் ற்றிப் பேசுவதற்கு வைத்த பெயர் 'வார் டன்')

மூன்றாவது மருமகள் 'ப்யூட்டி பார்லர்' நடத்துவதற்கான படிப்பு, ஓவியம், வீட்டை அலங்காரம் செய்யும் இன்டீரியர் டெகரேஷன்' கற்றவள். வீட்டுக்கு வருபவர்களெல்லாம் மூக்கில் விரலை வைக்கும் அளவுக்கு வரவேற்பறை முதல் ஒவ்வொரு இடத்தையும் அழகாக வைத்திருப்பவள். நுழைவு வாசலிலே அழகான பூச்செடிகள், வரவேற்பறையில் அவளே வரைந்த அழகான ஓவியங்கள், 'பான்சாய்' மரங்கள் இத்யாதி இத்யாதி. அவளும் அழகானவள். அவளைக் கிளியோபாட்ரா என்று எல்லோரும் சொல்வார்கள். தனது அழகை மேலும் மேலும் அதிகரிக்க கண்ணாடி முன் தினம் ஒரு மணி நேரமாவது செலவு செய்பவள். அதே போல வீட்டுக்கு வரும் விருந்தினர்களிடம் நன்றாகப் பேசி மீண்டும் மீண்டும் அவர்களை அந்த வீட்டுக்கு வரவழைக்கும் சாமர்த்திய பேச்சாளி!

"விக்ரமாதித்ய மகாராஜாவே இந்த மூன்று பேரில் யாருக்கு எவ்வளவு உயில் எழுதி வைக்க வேண்டும் என்று நீர் சொல்லும். சரியாகச் சொல்லா விட்டால்..."

"சரி சொல்கிறேன்" என்று விக்ரமாதித்யன் சொல்ல ஆரம்பித்தான். "கல்வியா, அழகா, செல்வமா" என்ற கேள்வி மாதிரி இருந்தாலும் இதில் நான் சொல்வது இதுதான். அழகு என்பது காலம் காலமாய் இருப்பதில்லை. அழியக்கூடியது. பொருளும் அப்படித்தான். ஆனாலும் அழகு இல்லாமல் வாழ முடிகிற அளவுக்குப் பொருளில்லாமல் வாழ முடியாது. ஆனாலும், இவை இரண்டையும் விடக் குழந்தைகளை நேசித்து அவர்களுடன் போராடி அவர்களை வளர்த்து ஆளாக்குவது மிக மிகக் கஷ்டமான வேலை. குழந்தைகள் நன்றாக வளர்ந்தால் உலகின் எதிர்காலமே சிறந்து விளங்க வழி உண்டு. ஆகவே, 'வார்டனுக்குத்தான் முதல் பரிசு. ஆனாலும் அதிக வித்தியாசத்தைக் காட்ட விரும்பாத வீட்டுப் பெரியவர் சொத்தில் ஒரு சதவிகிதம் தானத்துக்கும் 32 சதவிகிதம் கிளியோபாட்ராவுக்கும், 33 சதவிகிதம் சித்ரகுப்தாவுக்கும், 34 சதவிகிதம் 'வார்டனுக்கும்' கொடுக்கலாம்."

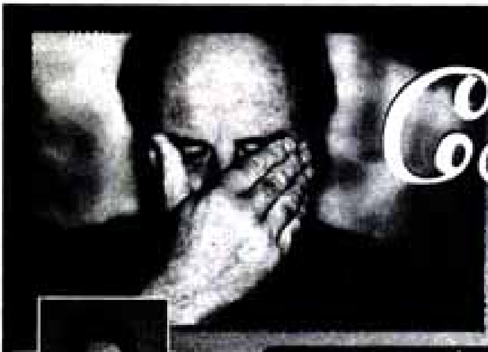
• ஆர். கமலா

பாகற்காய் பொடி

பாகற்காயை மிக மெல்லிய வட்டமாக நறுக்கி வெயிலில் நன்றாக வற்றல்போல் காய விடவும். க.பருப்பு, உ.பருப்பு, காய்ந்த மிளகாய், தனியா, வெள்ளை எள் ஆகியவற்றை சிறிது எண்ணெயில் வறுத்து, காய்ந்த பாகற்காயுடன் மிக்ஸியில் பொடியாகச் செய்து கொள்ளவும். சாதத்தில் இந்தப் பொடியை கலந்து உண்ணும் பொழுது தேவைக்கேற்ப உப்பு சேர்த்துக் கொள்ளவும். பாகற்காய் பிட்லை, பொரியல் சாப்பிடாதவர்கள் கூட இனி நிறைய பாகற்காய் வாங்கி வந்து பொடி செய்து உண்பார்கள்.

- ஷர்மிளா ராவ்





கேன்ஸர் நோயா ?



Dr. K. Sri Sridar

கவலைப்பட வேண்டியதில்லை.

குருபாலா கிளினிக்கின் Herbal Oncology™ சிகிச்சை

மீண்டும் மகிழ்ச்சியை உங்கள் இல்லத்திற்கு கொண்டு வருகிறது.

GLIOBLASTOMA MULTIFORMA (மூளை கேன்சர்)



Before Treatment

Significant increase in the size of the lesion with increase in mass effect and Perilesional Oedema

MRI Scan

Date: 08.05.04



After 70 Days

Significant reduction in the Perilesional Oedema and Mass effect there is minimal reduction in the size of the lesion.

MRI Scan

Date: 14.07.04



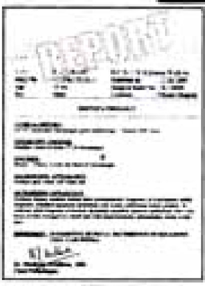
Latest Report

Significant reduction in the size of the tumor, the enhancing component as well as the Perilesional Vasogenic Oedema

MRI Scan

Date: 22/09/05

CA. OESOPHAGUS (உணவுக் குழாய் புற்று நோய்)

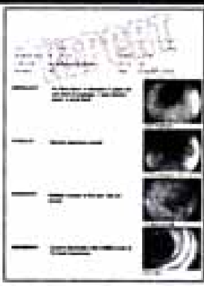


Before Treatment

POST CT / RT RECURRENCE

UGI SCOPY Report

Date: 21.04.05



After 97days Herbal Oncology

NORMAL STUDY

UGI SCOPY Report

Date: 27.09.05

CA. BREAST TO LUNGS (மார்பக புற்றிலிருந்து நுரையீரல் புற்றுநோய்)



Before Treatment

NODULAR OPACITIES SEEN IN BOTH LUNG FIELDS METASTATIC DEPOSITS

Chest X-ray *Date: 08.06.05*



After38 days

LESION LESS PRONOUNCED

Chest X-ray

Date: 21.07.05



After 68 days Herbal Oncology

NORMAL STUDY

Chest X-ray

Date: 09.09.05

கை விடப்பட்ட கேன்ஸரா ? கவலை வேண்டாம்

எல்லாவித புற்று நோய்க்கும் சிகிச்சை உண்டு. நோயாளி நேரில் வர வேண்டியது இல்லை. முழுமையாக எல்லா ரிப்போர்ட்டுகளையும் அனுப்பி வைக்கவும். Herbal Oncology™ சிகிச்சை என்பது டாக்டர் கே. ஸ்ரீ ஸ்ரீதர் வடிவமைத்த அற்புத முறையாகும். பத்தியம் இல்லை. மற்ற மருந்துகளோடும் சேர்த்து சாப்பிடலாம். வாழும் போது நோய் தொந்தரவு குறைந்து நிம்மதியாக சந்தோஷமாக வாழலாம். அவர்களின் வாழ்நாள் 40% அதிகரிக்க முயற்சிக்கலாம். இதற்கு Herbal Oncology™ சிகிச்சை பயனுள்ளதாக அமைகிறது. டாக்டர்களால் கைவிடப்பட்ட நோயாளிக்கும் உடனே நன்மை அளிக்கிறது.

Royale Apartment, 6, Mannar Reddy Street, (Opp. Street to T.Nagar Bus Terminus)T.Nagar, (Next to Krishnaveni Theatre)
Chennai - 600 017. **CLINIC: Ph: 044-24339596, 24363835**
Cell : 98401 48808
TIMINGS : 10.00 am to 5.30 pm
On **Sundays** : 10.00 am to 12.00 Noon

Gurubalaa™ Clinic

Speciality Clinic for Herbal Oncology™ and Asthma
Treatment given by Qualified & Experienced Doctors.

நேரில் வரமுடியாதவர்கள் தங்கள் நோயின் விவரத்தை எழுதி அனுப்பினால் கூரியர் மூலம் மருந்துகள் அனுப்பி வைக்கப்படும்.

For more details logon to: www.herbaloncology.com

உங்களைச் சுற்றி ஒளிவீசும் ஒரு கோடி விண்மீன்கள்.



ஒளிமயமான

நீங்கள் மெய்மறந்து மனம்சிலிர்க்க, உங்களுக்கு அலங்காரமாய் வானிலிருந்து ஒரு கோடி விண்மீன்கள்...இதோ பூமியில். VBJ வைர நகைகள். வாங்கிப் பாருங்கள். அசந்து போவீர்கள்.

DEF கலர் குவாலிட்டி வைரங்களால், மிகச்சிறப்பாக வடிவமைக்கப்பட்ட வைர நகைகள். பெல்ஜியத்திலுள்ள HRD நிறுவனத்தின் மூலம் 'ஜெம்மாலஜிஸ்ட்' என்ற தகுதியினைப் பெற்ற ஜிதேந்திரா மற்றும் அமரேந்திரா ஆகியோரால் பரிசோதிக்கப்பட்டு சான்றளிக்கப்பட்டவை.

VBJ வைரங்கள். அதி உன்னதம். அதி அற்புதம்!

VBJ
SINCE 1900

Vummidi Bangaru Jewellers

GOLD | DIAMOND | PLATINUM | SILVER

Rani Seethai Hall, Parallel to Gemini Flyover, 603, 1st Floor, Anna Salai, CH - 6. Ph: 2829 2004 / 09 www.vummidi.com E-mail: vummidi2000@yahoo.com

Registered with the Registrar of Newspaper of India under No. 3003/78 * Registered No. TN / CC (S) DN / 170 / 06 - 08 * Licensed to post without prepayment under PMG's Licence No. WPP TN / CC (S) DN 151 / 06 - 08 * Registered as a Newspaper in Burma

அடையார் இயற்கை வைத்திய மையம்

"அடையார் நேச்சர் க்யூர்! பிணி உடையவர்களின் துயர் போக்கும் ஆலமரமாக செயல்பட்டு வருகிறது. இம்மையத்தின் தலைமையிடத்தில் இருக்கும் திரு. புருஷோத்தமன் திக்கற்றவர்களை வழி நடத்தும் ஒரு தெய்வமாகவே காட்சியளிக்கிறார்". இயற்கை தரும் அருமருந்து என்ற தலைப்பில் ஜனவரி 2008 'மங்கையர் மலரில்' வெளியானது.



* மத்திய உள்துறை அமைச்சர் திரு. சிவராஜ் பாட்டீலுடன் எங்கள் டைரக்டர் திரு. S.P. நாயுடு
S.P. Naidu - Ex. President of Madras Diamond Manufacturer's Association & Former Trade Protocol Agent of Romania

கீழ்க்கண்ட நோய்களுக்குச் சிறப்பு சிகிச்சை அளிக்கிறோம்:

- ❖ மூட்டுவலி (எல்லா வகை) - Arthritis (All Types)
- ❖ ருமடாய்டு ஆர்த்ரெடிஸ் - Rheumatoid Arthritis
- ❖ குதிகால் எலும்பு வளர்ச்சி - Calcaneal Spur
- ❖ வெரிகோஸ் வெயின்ஸ் - Varicose Veins
- ❖ கழுத்து, இடுப்புவலி - Spondilitis
- ❖ தூக்கமின்மை - Sleeplessness
- ❖ ஆஸ்துமா - Asthma
- ❖ உடல் பருமன் - Obesity
- ❖ சர்க்கரை நோய் - Diabetes
- ❖ பார்கின்ஸன்ஸ் - Parkinsons

அனைத்து வியாதிகளுக்கும் தாங்கள் எங்களிடம் ஆலோசனை பெறலாம்.

இங்கு அளிக்கப்படும் சிகிச்சை முறைகள்:



- ➢ Therapeutic Herbal Oil Massage
- ➢ Herbal Paste Application & Soaking
- ➢ Hydrotherapy
- ➢ Physiotherapy
- ➢ Yoga Therapy
- ➢ Oxygen & Relaxation Therapy
- ➢ Diet Therapy
- ➢ Health Counselling

பக்க விளைவுகளற்ற மூலிகை மருந்துகளும் கொடுக்கப்படுகின்றன.

இங்கு யோகா வகுப்புகள் சிறப்பாக எடுக்கப்படுகின்றன.

Team of Doctors: Expert Doctors in Siddha, Ayurveda, Naturopathy, Yoga. Retired Senior Physiotherapist from Jipmer Medical College - heads our physiotherapy department.

ADYAR NATURE CURE CENTER ™

Registered Hospital

No. 6, II nd Cross Street, Kasturba Nagar, Adyar, Chennai - 20. Ph: 044 - 2441 3399, 2440 2470.
email : adyarnaturecure@yahoo.com **Website** : www.adyarnaturecure.com

குறிப்பு: A/c., Deluxe rooms, Rooms, ஜெனரல் வார்டு, கலர் டி.வி., போன் வசதி உள்ளன.
சைவ உணவு மட்டும் வழங்கப்படும். முன்பதிவு அவசியம்.

என்றும் உங்களுடன்

மங்கையர் மலர்

புத்தகம் 2 பிப்ரவரி 2006



இனிப்பு மாலை!

செய்து பார்க்கலாமே!

Gurunathar Charanam

PRASHANTI

(House of Silk Cottons)



வெள்ளி விழா காணும்
மாங்கையர் மலருக்கும்
மலரின் மணம் நுகரும்
மேன்மைமிகு வாசகர்களுக்கும்
'பிரசாந்தி'யின் நல்வாழ்த்துக்கள்!!!

உங்களுக்காக இதோ
"பிரசாந்தியின் கலெக்ஷன்ஸ்"!!!

எல்லா திருமணங்களில் இரு வீட்டாரும்
இணைந்து கலக்க **விவாஹம்**

அனைத்து வைபவங்கள், பார்டிகளில்
அனைவரின் கவனத்தை ஈர்க்க
வைபோஹம்

தினம் தினம் வகையாக உடுத்தி
அலுவலகம் மற்றும்
இல்லத்தில் வளைய வர **நித்யம்**

நவ நாகரீக நங்கையரின் எழிலழகை
மேலும் மெருகூட்ட **சல்வார்**

**எங்கும் கிடைக்காது
இதுபோன்ற கலெக்ஷன்ஸ்...**

சில்க் காட்டன், பாலிகாட்டன் ரகங்களின்
தரத்திற்கு என்றும் தனி இடம்!!!

ஆம்!! "சில்க் காட்டன் என்றாலே பிரசாந்தி"

PRASHANTI
16, 6th Cross St, C.I.T. Colony, Mylapore,
(Behind Chettiar Hall), Chennai - 4.
Ph: 24991850 / 24997636
Timing: 10 am to 7 pm - Sunday Holiday

PRASHANTI'S PARIPURNA
No. 52, 4th Main, 17th Cross,
Malleswaram, Bangalore.
Ph: 23341632.
Timing: 10 am to 7 pm - Tuesday Holiday

* Major Credit cards Accepted
E-mail: prashanti_sarees@yahoo.com.

பிரசாந்திக்கு சென்னை, பெங்களூர் தவிர வேறெங்கும் கிளைகள் இல்லை



Orchard 8 GCPMSOCN 1086/05

SERVICE + LIFE DIVINE +

Indian Celltheraphy Institute

(A Unit of Amma Educational Trust - Reg.No.142/2003)

Affiliated to : Indian Board of Alternative Medicines

Web Site : www.celltheraphy.com

Regd. Off: 7/624, Pallivasal St., Nagamalai Post, **Madurai-625 019.** Ph: 2458366 Cell: 94434 47101

Branch : 21, Srinivasan St., Near KVB, **Arani-632 301.** Ph:04173 226599, 93602 11954

டாக்டராகும் வாய்ப்பு !

அட்மிஷன் நடைபெறுகிறது

ஒரு வருட காலத்தில் தொலை தூரக் கல்வி மூலம்.

Indian Board of Alternative Medicines வழங்கும்

BASM, M.D. (AM) with RMP.

பிளஸ் 2 தேறிய மாணவர்கள் BASM கோர்ஸில் சேரலாம்.

M.D. (AM) முடித்த பிறகு Ph.D., (AM) பட்டம் பெறவும் வாய்ப்பு உள்ளது.

Eligibility : Any Degree / Diploma / Certificate in General / Medical (or) The Person Having Experience in Medical Practice of any system.

Prospectus + விண்ணப்பத்தை மேற்கண்ட முகவரிகளில் நேரிலோ அல்லது **M.O.** மூலமோ ரூ. 100/– செலுத்தி பெற்றுக் கொள்ளலாம்.

unique

24ct Goldplated பரிசுப்பொருட்கள் வாங்க



Thejus®

decorative platings

— 24 ct GOLD PLATED GIFTS —

மூன்று வருட வாரண்டி

Show room:

Next to Jeeva Park, Old # 85, G.N. Chetty Road, T. Nagar, Chennai - 17.

Tel: 2815 6370 Mobile: 98400 21384.

Timings: 9.30 am to 7.00 pm   SUNDAY HOLIDAY

for online purchase please visit:
www.chennaionline.com, www.indiavarta.com
www.sifymall.com

உங்கள் உலோகப் பொருட்களுக்கும் 24ct Goldplating செய்து தருகிறோம்

அம்மா சொல்லுங்களேன்!
ரேவதி சங்கரன்

சீனுவாசன், பள்ளிக்கரணை.

சளிக்கு எளிய வைத்தியம் சொல்லுங்கள்...

சளித்தொல்லைக்கு எளிய வைத்தியக் குறிப்புகள் :

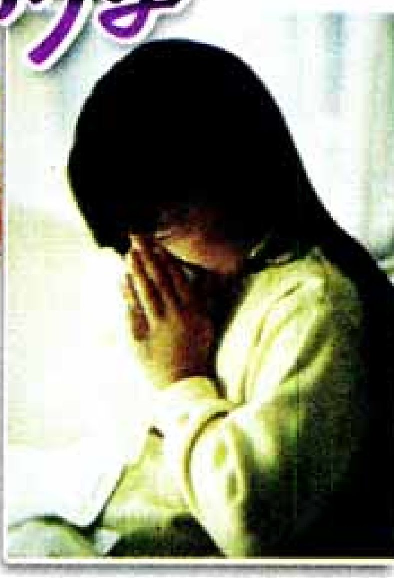
1. தும்மலுக்கு மிளகுப் பொடியை ஒரு துணியிலே சின்ன முடிச்சாக் கட்டி காலையிலே குளிச்சுட்டு வந்ததும், உச்சந்தலையிலே தேய்ப்பாங்க. இல்லாட்டி திருநீறு விபூதியைத் தேய்ப்பாங்க. அந்தக் காலத்திலே நெற்றியிலே விபூதி, திருமண் இட்டதற்குக் காரணமும் இதுதான். கெட்ட நீர் தலையிலே சேராது.





2. டீ குடிக்கறவங்க இஞ்சி, அல்லது சுக்கு, கிராம்பு, ஏலக்காய், மிளகு, பட்டை எல்லாத்தையும் பொடி பண்ணி டீத்

ஆவி பிடிக்கிறது எப்படி?



தண்ணீரோட கொதிக்க வெச்சுக் குடிச்சா ஆஹா அந்த சுகமே தனி.

3. தலை பாரமா இருந்தா, 7, 8 கிராம்பை சந்தனக் கல்லிலே வெச்சு மையா இழைச்சுப் பத்துப் போடணும். பத்துன்னா திருநீறு பூசற மாதிரி நெத்தியிலிருந்து காதோரம் வரை பூசணும். விறுவிறுங்கும். ஆனா நீரை வாங்கிடும்.

4. ஆஸ்துமா தொல்லை இருக்கிறவங்க காலையிலே வில்வ இலையோட

4 மிளகு சேர்த்து நன்னா மென்னு தின்று வெந்நீர் குடிச்சா அந்த வீஸிங் கட்டுப்படும்.

5. மழையிலே நனைஞ்சுட்டீங்க. கண்டிப்பா சளி புடிச்சுக்கும். வீட்டுக்கு வந்ததும் ஒரு கிண்ணத்திலே தேங்காய் எண்ணெயைச் சூடாக்கி அந்தச் சூட்டிலே கற்பூரத்தைப் போட்டு அந்த எண்ணெய் சூடா இருக்கும்போதே மார்பு, முதுகுலே தேய்க்கணும்.

6. குழந்தைகளுக்கு மிளகுப் பொடியோட கொஞ்சம் வெல்லம், நெய் சேர்த்து சின்ன உருண்டை செய்து கொடுக்கலாம்.

7. கோயிலிலே என்ன தருவாங்க? துளசி போட்ட தீர்த்தம். அது உடம்புக்கு நல்லது. நீங்க வீட்டிலேயே துளசி, மிளகு, கொஞ்சம் கல்கண்டு வெந்நீரிலே போட்டு மூடி வெச்சுடுங்க. அப்பப்ப கொஞ்சம் குடிச்சா சளி குறையும்.

8. கோதுமை மாவை வறுத்து அதை ஒரு மெல்லிய துணியிலே மூட்டையாக் கட்டி முதுகு, நெஞ்சிலே ஒத்தடம் கொடுத்தா சளி கரைஞ்சு கோழையா வெளியே வரும்.

9. ஆவி பிடிக்கறது எப்படி?

வேப்பிலை தழைகளை உருவி விட்டு அந்தக் குச்சிகளையும் ½ ஸ்பூன் மஞ்சள் பொடியும், ஒரு சிட்டிகை உப்பையும் போட்டுக் கொதிக்க விடவும். தலையிலே ஒரு போர்வையைப் போர்த்திக்கிட்டு இந்த நீராவியை மூக்கில் படும்படி ஆவி பிடிச்சா சளியை ஓட்டிடலாம்.

10. குரலைப் பயன்படுத்தறவங்களுக்கு வால் மிளகு

நாரஞ்சா ஆரஞ்சா?



“ஆரஞ்சு எந்த மொழியிலிருந்து வந்தது?” இப்படி ஒரு கேள்வியை எல்லோருக்கும் பொதுவாகக் கேட்டுவிட்டு, மஹாஸ்வாமிகளே பதிலையும் சொன்னது விந்தையான விஷயம். ஒரு ஆரஞ்சுப் பழத்தை உரிக்கச் சொல்லிவிட்டு, “ஆறும் அஞ்சுமாக சுளைகள் இருப்பதால் ஆரஞ்சா?” என்று தொடுத்தார். இன்னொரு கேள்விக்கணை: “நாரத்தை என்கிறோமே அந்த வகையின் நாரங்கிப்பழம் அராபிய மொழியில் 'நாரஞ்ஜ்' ஆகி இங்லீஷ்காரன்கிட்டே போனதும் அதற்கு NORANGE என்று ஸ்பெல்லிங் கொடுத்தான். ஒத்தைப் பழத்தை 'A NORANGE' னு சொல்லிப் பார்த்தான். பிறகு உயிரெழுத்துக்கு முன்னால் வரும் 'A' இலக்கணப்படி 'AN' ஆகுமல்லவா? பேச்சு வழக்கில் பழம் இரண்டாகப் பிரிந்து 'AN ORANGE' ஆகிவிட்டது. சரியா?

ஸமஸ்கிருதத்தின் நாரங்கிதான் ஆங்கிலத்தில் ஆரஞ்சாகி விட்டது” என்று விளக்கம் தந்ததும் அங்கிருந்த ஆங்கில ஆனர்ஸ் படித்தவர் ஒருவர் அசந்து போய் அப்படியே விழுந்து வணங்கினார். இப்படி ஒரு விளக்கம் தர வேறு எவரால் முடியும்? நாம் கற்றதோ கைம்மண் அளவே!

பனங்கல்கண்டு, இரண்டையும் பொடி செய்து அப்பப்ப வாயிலே போட்டுக்கலாம். சளி இருந்தாப் போயிடும்.

கேட்டால் சிரிக்கக் கூடாது. சளி முறிக்க, மூக்கில் நீர் வடிவதைத் தடுக்க மிக எளிய வழி: தேங்காய்நார் புகையைப் பிடிப்பதுதான். கைமேல் பலன் கிடைக்கும்.

சுப்புலட்சுமி, நெய்வேலி.

வாயுத்தொல்லை பாடாகப்படுத்துகிறது. வைத்தியம் சொல்லலாமே!

சுக்கு, மிளகு, சீரகம், ஓமம், பெருங்காயம் இவற்றை இள வறுப்பாக வறுத்துப் பொடி செய்து, பகல் இரவு உணவில் முதலில் ஒரு பிடி சாதத்துடன் பிசைந்து சாப்பிட்டு வந்தால் வாயுத்தொல்லை அகலும்.

அலமேலு மணி, சென்னை.

ஜீரணம் ஆவதில்லை. என்ன செய்யலாம்?

சுக்குப்பொடியுடன் சுடுநீரைச் சேர்த்துக் குடிக்க குணம் தெரியும். பல் தேய்க்கும் போது நாக்கை வழியுங்கள். நாக்கில் வெள்ளை படிந்தால் அது அஜீரணத்துக்கு அறிகுறி. நாக்கு சுத்தமானால்தான் சுவை அறிந்து சாப்பிட முடியும்.

அமுதா, திருவாலி.

முகத்தோல் சொரசொரவென உள்ளது. மென்மையாக என்ன வைத்தியம்?

சோற்றுக்கற்றாழையின் உள் சோற்றை வழித்து முகத்தில் தொடர்ந்து பூசி வந்தால் முகம் பளபளப்பாகும் மென்மையாகும்.



குமரன் டிராவல்ஸ், 34வது ஆண்டு.

சலுகை கட்டணங்கள்

காபி, டிபன் சைவ உணவுடன் சுற்றுலாக்கள்

- **காசி - டார்ஜிலிங் - காங்டாக் - நேபாள்** பூரி - கோனார்க் - புவனேஸ்வர் - கல்கத்தா - திரிவேணி - அயோத்தியா - கோரக்பூர் - (காட்மாண்டு) நேபாள் 23.04.06 மற்றும் 11.05.06 முதல் 20 நாட்கள். ரூ.8990 (முன் பணம் ரூ.4500) 15.02.06க்குள் முன் பணம் செலுத்தினால் கட்டணம் ரூ.7990.

- **காசி - கல்கத்தா - ஹரித்துவார் - டெல்லி** பூரி - கோனார்க் - புவனேஸ்வர் - கயா - வியாசகாசி - அலகாபாத் - திரிவேணி - ரிஷிகேஷ் - ஆக்ரா - மதுரா 20.02.06 மற்றும் 12.03.06 மற்றும் 01.04.06 மற்றும் 23.04.06 மற்றும் 11.05.06 முதல் 16 நாட்கள் ரூ.7200 (முன் பணம் ரூ.3000) 15.02.06க்குள் முன் பணம் செலுத்தினால் கட்டணம் ரூ.6300.

- **காசி - கல்கத்தா - அமிர்தசரஸ் - ஜெய்ப்பூர் - டெல்லி - மும்பை** பூரி - கோனார்க் - புவனேஸ்வர் - கயா - புத்தகயா - வியாசகாசி - அலகாபாத் - திரிவேணி - ஹரித்துவார் - ரிஷிகேஷ் - வாகா - ஆக்ரா - மதுரா 20.02.06 மற்றும் 12.03.06 மற்றும் 01.04.06 மற்றும் 23.04.06 மற்றும் 02.05.06 மற்றும் 11.05.06 முதல் 20 நாட்கள் ரூ.8990 (முன் பணம் ரூ.4000) 15.02.06க்குள் முன் பணம் செலுத்தினால் கட்டணம் ரூ.7590.

- **காசி - அயோத்தியா - அமிர்தசரஸ் - ஜெய்ப்பூர் - மும்பை - பண்டரிபுரம்** பூரி - கோனார்க் - புவனேஸ்வர் - கல்கத்தா - கயா - புத்தகயா - வியாசகாசி - அலகாபாத் - திரிவேணி - ஹரித்துவார் - ரிஷிகேஷ் 02.05.06 மற்றும் 11.05.06 முதல் 23 நாட்கள் ரூ.9990 (முன் பணம் ரூ.5000) 15.02.06க்குள் முன் பணம் செலுத்தினால் கட்டணம் ரூ.8300

- மேற்கண்ட சுற்றுலாக்களில் 20.02.06ல் புறப்படுவது **காசி - மகா சிவராத்திரி சுற்றுலா**

- **காசி - டெல்லி - ஹரிதுவார் - ரிஷிகேஷ் - திரிவேணி** மதுரா - ஆக்ரா - அலகாபாத் - திரிவேணி வியாசகாசி 23.02.06 மற்றும் 14.03.06 மற்றும் 05.04.06 மற்றும் 26.04.06 மற்றும் 04.05.06 மற்றும் 15.05.06 மற்றும் 18.06.06 மற்றும் 27.07.06 முதல் 12 நாட்கள் ரூ.5290 (முன் பணம் ரூ.2500) 15.02.06க்குள் முன் பணம் செலுத்தினால் கட்டணம் ரூ.4590

- **காசி - பூரி - கல்கத்தா - கேதார்நாத் - பத்ரிநாத்** மதுரா - ஆக்ரா - டெல்லி - ஹரித்துவார் - ரிஷிகேஷ் - திரிவேணி - வியாசகாசி - கயா - புத்தகயா - கோனார்க் - புவனேஸ்வர் 04.05.06 மற்றும் 15.05.06 மற்றும் 18.06.06 மற்றும் 27.07.06 முதல் 20 நாட்கள் ரூ.8990 (முன் பணம் ரூ.4500) 15.02.06க்குள் முன் பணம் செலுத்தினால் கட்டணம் ரூ.7990

- **நவஜோதிர்லிங்கம் - நவதுவாரகா - ஜெய்ப்பூர்** ஷீரடி - நாசிக்-தபோவனம் - முக்திதாம்-சனி சிங்கனாபூர்-போர்பந்தர்-பிரபாசபட்டினம்-உதயபூர்-ஸ்ரீநாத்துவாரகா 12.03.06 மற்றும் 04.05.06 மற்றும் 27.07.06 முதல் 20 நாட்கள் ரூ.8990 (முன் பணம் ரூ.4500) 15.02.06க்குள் முன் பணம் செலுத்தினால் கட்டணம் ரூ.7990

- **சிம்லா - குலு - மணாலி - அமிர்தசரஸ் - ஜெய்ப்பூர்** மதுரா - ஆக்ரா - டெல்லி - குருசேத்ரா - சண்டிகார் - பிஞ்சோர் - வசிஷ்டாபாத் - ரோத்தங்பாஸ் - ஜுவாலமுகி - காங்ரா தேவி - ஜிஜிமாதா - ஜம்மு - வைஷ்ணவிதேவி - வாகா பார்டர் 01.04.06 மற்றும் 23.04.06 மற்றும் 02.05.06 மற்றும் 11.05.06 முதல் 16 நாட்கள் ரூ.7990 (முன் பணம் ரூ.4000) 15.02.06க்குள் முன் பணம் செலுத்தினால் கட்டணம் ரூ.6990.

- **மும்பை - பண்டரிபுரம் - அஜந்தா - எல்லோரா - ஷீரடி - கோவா** திரியம்பகம் - நாசிக் - தபோவனம் - முக்திதாம் - சனி சிங்கனாபூர் - கிருஷ்ணேஸ்வரம் 01.04.06 மற்றும் 23.04.06 மற்றும் 02.05.06 மற்றும் 11.05.06 முதல் 12 நாட்கள் ரூ.5490 (முன் பணம் ரூ.2000) 15.02.06க்குள் முன் பணம் செலுத்தினால் கட்டணம் ரூ.4590.

- **அமர்நாத் - காஷ்மீர் - வைஷ்ணவி - நவசக்திகள்** டெல்லி - குருஷேத்ரா - அமிர்தசரஸ் - ஜம்மு - காஷ்மீர் - ஸ்ரீநகர் - பால்டால் (V.I.P. Route) அமர்நாத் (நவசக்திகள்) வைஷ்ணவி தேவி - மகாலெட்சுமி - மகாகாளீஸ்வரி - ஜிஜிமாதா - சாமுண்டாதேவி - காங்ராதேவி - ஜுவாலாமுகி - சிந்துபூரணி - பக்ராநங்கல் அணை - சண்டிகார் - மான்சாதேவி 03.07.06 மற்றும் 24.07.06 முதல் 20 நாட்கள் ரூ.9990 (முன் பணம் ரூ.5000) 15.02.06க்குள் முன் பணம் செலுத்தினால் கட்டணம் ரூ.8490.

குமரன் டிராவல்ஸ்

20, வடக்கு சித்திரை வீதி, மதுரை- 625 001. போன்: 2621519. Cell : 98423 - 52105

கிளைகள்: P.V.T. ஷாப்பிங் காம்ப்ளக்ஸ்,22, ரெங்கநாதன் தெரு, சென்னை - 17. Ph: 55191480 Cell : 98403-92105

62. 4வது கிராஸ், பொன்நகர், திருச்சி-1. Ph: 2483649 & 2481249 Cell : 9345120497

பார்த்திப வருஷம் தை 19 முதல்
மாசி 16 வரை



இந்த மாதம் எப்படி?

பிப்ரவரி
2006

மேஷ ராசி :



அஸ்வினி, பரணி, கிருத்திகை 1 - ஆம் பாதம்.

நன்மைகள் அதிகமாக நடைபெறும். பொருளாதார நிலையில் கணிசமான முன்னேற்றம் ஏற்படும். குடும்ப வாழ்க்கை மகிழ்ச்சிகரமாக விளங்கும். புதுமனை புகுவிழா செய்யும் வாய்ப்பு வலுவாகக் காணப்படுகிறது. தொழில் முன்னேற்றம் அபரிமிதமாக இருக்கும்.

அரசு ஊழியர்களும் அரசாங்கத் தொடர்புடைய சொந்தத் தொழில் செய்பவர்களும் குறிப்பிடத்தக்க முன்னேற்றம் காண்பர். இதர பணிகளில் உள்ளவர்கள் தத்தம் துறையில் மேன்மை அடைவர். அயல்நாட்டுத் தொடர்பு வலுப்பெறும். ஏற்றுமதியாளர்கள் ஏற்றம் பெறுவர். நாவன்மை சிறக்கும். மாணவ, மாணவியர் கல்வியில் ஜொலிப்பார்கள். தொழில் தொடர்பாகவும் பிற விஷயங்களிலும் புதிய முயற்சிகளில் ஈடுபடுவதற்கு இது உகந்த காலம்.

உடல் ஆரோக்கியத்தில் அதிக அக்கறை செலுத்தவும். கண் அல்லது ஈ.என்.டி. தொடர்பான சிறு நோய் உபாதைகள் சிலருக்கு ஏற்பட வாய்ப்புள்ளது.

ராகு		செவ்வாய்	
புதன் சந்திரன்	1.2.2006 அன்று உள்ள கிரக நிலவரம் (வாக்கியப் பஞ்சாங்கப்படி) இம்மாத கிரக மாற்றங்கள் 13 கும்ப சூரியன் 23 மகர சுக்ரன்		சனி
சூரியன்			
சுக்ரன்		குரு	கேது

சந்திராஷ்டம நாட்கள் : 20ம் தேதி மாலை 4.53 முதல் 22ம் தேதி இரவு 10.47 வரை.

பரிகாரம் : திருப்பதி பெருமாளை தினமும் மனதாரத் துதிக்கவும். ஸ்ரீ விஷ்ணு சஹஸ்ரநாமம் படிக்கவும், அல்லது கேட்கவும்.

ரிஷப ராசி :



கிருத்திகை 2, 3, 4 ஆம் பாதங்கள், ரோகிணி, மிருகசீரிஷம் 1, 2 ஆம் பாதங்கள்.

திருமணத் தடை விலகும் நேரமிது. பொரு



ஹரிகேசநல்லூர் வெங்கட்ராமன்



எலுமிச்சை சாதம் கிளறி இறக்கிய பிறகு, கடைசியாக 2 ஸ்பூன் சீரக மிட்டாயை கலந்து விடுங்கள். பார்க்க கலர்ஃபுல்லாக இருப்பதோடு, சீரக சுவையும்; இலேசான இனிப்புச் சுவையும் சேர்ந்து, எலுமிச்சை சாதம் 'செம தூள்' ஆக இருக்கும்.

- குர்ஷீத் அஷ்ரப்.

ளாதார முன்னேற்றம் சிறந்து விளங்கும். அனைத்து வகையான கடன்களும் அடையும். புனிதத் தல யாத்திரை, புனித நீராடுதல், பிரார்த்தனைகளை நிறை வேற்றுதல், குலதெய்வ வழிபாடு செய்தல், முன்னோர்களின் ஆத்மா சாந்தி அடையும் பொருட்டு செய்ய வேண்டிய வற்றை செய்தல் போன்ற பேறுகள் கிட்டும்.

உடல் ஆரோக்கியம், குடும்ப அமைதி, தொழில் முன்னேற்றம் போன்றவை மனதிற்கு மகிழ்ச்சி அளிக்கும். இல்லத்தில் சுபநிகழ்ச்சிகள் நடைபெறும்.

அலுவலகத்தில் பணிபுரிபவர்களுக்குச் செல்வாக்கு கூடும். செலவுகளைக் கட்டுப் படுத்துவது அவசியம். மாணவ மாணவி யரின் கல்வி முன்னேற்றம் சிறந்து விளங் கும். இல்லத்தரசிகள் தங்களது நீண்ட நாளையத் தேவைகளை நிறைவேற்றிக் கொள்ளும் வாய்ப்பு பெறுவர்.

சந்திராஷ்டம நாட்கள் : 22ம் தேதி இரவு 10.47 முதல் 25ம் தேதி அதிகாலை 2.42 வரை.

பரிகாரம் : சிவ வழிபாடு செய்து வரவும். திங்கள் மற்றும் சனிக்கிழமை களில் அருகில் உள்ள சிவன் கோவிலுக் குச் சென்று சிவன் சன்னிதியில் நல் லெண்ணெய் தீபம் ஏற்றி வழிபடவும்.



மிதுன ராசி :

மிருகசீரிஷம் 3, 4 ஆம் பாதங்கள், திருவாதிரை, புனர்பூசம் 1,2,3 ஆம் பாதங்கள்.

குடும்பம் மகிழ்ச்சியாக விளங்கும். கணவன், மனைவி உறவு கனிவு கொண்ட தாக இருக்கும். பிள்ளைகளின் கல்வி, திருமணம் மற்றும் தொழில் தொடர்பான முயற்சிகள் அனைத்தும் வெற்றி அளிக் கும். தொலைதூரத்திலிருந்தும் அயல்நாடு களிலிருந்தும் 13ம் தேதிக்குப் பிறகு நற் செய்தி ஒன்று வந்து சேரும்.

அலுவலகத்தில் பணிபுரிபவர்கள் மாத முற்பகுதியில் சற்று முன்னெச்சரிக்கை யுடன் செயல்பட வேண்டும். உங்களுக்குத் தொடர்பில்லாத விஷயங்களில் தலையிடு வதைத் தவிர்க்கவும். வேலைப் பளு சற்று கடுமையாக இருக்கும். எனினும் மாதப் பிற்பகுதியில் மகிழ்ச்சியூட்டும் பல நிகழ்ச்சிகள் நடைபெறும்.

பணம் கொடுக்கல் வாங்கல் போன்ற விஷயங்களில் ஒருமுறைக்கு நூறு முறை சிந்தித்துச் செயல்படவும்.

சந்திராஷ்டம நாட்கள் : 25ம் தேதி அதிகாலை 2.42 முதல் 27ம் தேதி காலை 5.21 வரை.

பரிகாரம் : சனிக்கிழமை தோறும் நவக்கிரக வழிபாடு செய்து வரவும். அவரவர் வசதிக்கேற்ப சனிக்கிழமை களில் உடல் ஊனமுற்ற ஏழை எளிய வர்களுக்கு அன்னதானம் செய்வது நல்லது.

கடக ராசி :



புனர்பூசம் 4 - ஆம் பாதம், பூசம், ஆயில்யம்.

மாத முற்பகுதி மிகச் சுமாராகத்தான் இருக்கும். 13ம் தேதிக்குப் பிறகு மனதிற்கு ஆறுதல் அளிக்கக்கூடிய ஒரு பாலைவனச் சோலையைக் காண்பீர்கள். அரசுப்

பணியாளர்கள் அனைத்து விஷயங்களிலும் அவசரம் காட்டாமல் அதிக விழிப்புணர்வுடன் செயலாற்ற வேண்டும்.

நீதிமன்ற வழக்குகள் ஏதேனும் நிலுவையில் இருந்தால் அவற்றுக்கு வாய்தா வாங்க முயற்சி செய்யுங்கள். ஒருசில கிரகங்கள் மட்டுமே உங்களுக்குச் சாதகமான நிலையில் உள்ளதால் இயன்ற வரை யாரையும் பகைத்துக் கொள்ளாமலும் பண விஷயத்தில் அகலக்கால் வைக்காமலும் தொழிலில் தடாலடி மாற்றங்கள் எதுவும் செய்யாமலும் இருப்பது நல்லது.

குடும்பம் மகிழ்ச்சியாக இருக்கும். பிள்ளைகளின் முன்னேற்றம் சிறந்து விளங்கும். புதிய பொருள் சேர்க்கை ஏற்படும்.

சந்திராஷ்டம நாட்கள் : ஜனவரி 3-ம் தேதி இரவு *9.17* முதல் பிப்ரவரி 1ம் தேதி இரவு *11.37* வரை. மீண்டும் பிப்ரவரி *27*ம் தேதி காலை *5.21* முதல் மார்ச் 1ம் தேதி காலை *7.39* வரை.

பரிகாரம் : ஆதித்ய ஹ்ருதயம் படித்து வரவும். அதைச் செய்ய இயலாதவர்கள் ஞாயிற்றுக்கிழமைகளில் சூரியன் உதிக்கும் நேரத்தில் 'ஞாயிறு போற்றுதும் ஞாயிறு போற்றுதும்' என்று ஏழு முறை சொல்லி கிழக்கு நோக்கி சாஷ்டாங்க நமஸ்காரம் செய்யவும்.



சிம்ம ராசி :

மகம், பூரம், உத்திரம் 1-ஆம் பாதம்.

தொழிலில் எதிர்பாராத மிகச் சிறப்பான முன்னேற்றங்கள் நிகழும். நிதி நிலவரம் வேகமாக உயரும். நீண்ட நாட்களாக செய்ய முயன்று கொண்டிருந்த மாற்றங்களைச் செய்து தொழிலை விரிவுபடுத்துவீர்கள். உத்தியோகத்தில் உள்ளவர்களுக்கும் சுயதொழில் செய்பவர்களுக்கும் ஆச்சரியப்படும் அளவுக்கு நன்மைகள் நடைபெறும்.

எதிர்ப்புகள் அற்றுப் போகும். வழக்குகளில் வெற்றி வாகை சூடுவீர்கள். மனத்திலும் உடலிலும் உறுதி ஏற்படும். மணமாகாதவர்களுக்கு கெட்டி மேளம் கொட்டும். இல்வாழ்க்கை இனிக்கும். குடும்பத்தார் மகிழ்ச்சியுடன் இருப்பர். சிலருக்குத் திடீர் பயணங்கள் ஏற்படும்.

ஆன்மிகத்தில் நாட்டம் அதிகரிக்கும். மகான்களின் ஆசி பெறும் பாக்கியம் சிலருக்குக் கிடைக்கும்.

சந்திராஷ்டம நாட்கள் : 1ம் தேதி இரவு *11.37* முதல் 4ம் தேதி அதிகாலை *2.39* வரை.

பரிகாரம் : மகான்களின் ஜீவ சமாதிக்குச் சென்று வழிபடுவது நல்லது. அவ்வாறு செல்ல இயலாதவர்கள் ஷீரடி பாபா, ஸ்ரீ ராகவேந்திரர் போன்ற தங்கள் மனதிற்கு பிடித்த ஏதேனும் ஒரு மகானை வியாழக்கிழமைதோறும் வழிபட்டு

கீரைகளை வாடி விடாமல் பாதுகாத்து வைக்க வேண்டுமானால், ஒரு காகிதத்தை தண்ணீரில் நனைத்து, அதற்குள் கீரையை வைத்துச் சுற்றி வைத்தால் வாடாமல் இருக்கும்.

- டி. ஜோதிபாய்.



மங்கையர் மலர்

Parry's Pure

Parry's Pure Moments Contest

குழந்தைகளின் குறும்பு!



அன்பு வாசகியரே,

இது முற்றிலும் வித்தியாசமான ஒரு போட்டி - உங்களுக்கு!

குழந்தையின் குதூகலத்துடன் கலந்து கொள்ளுங்கள்! பரிசினை வெல்லுங்கள்!

பாரீஸ் ப்யூர் ரீஃபைண்ட் ஷுகர் பற்றிய விளம்பரம் பார்த்திருக்கிறீர்கள் அல்லவா? அதுபோன்று உங்கள் குழந்தைகள் உங்களிடம் பேசிய, கேட்ட ஏதேனும் ஒரு உரையாடலோ, நிகழ்ச்சியோ பற்றிய குறும்புகள் நிறைந்த அந்த இனிய தருணத்தை எங்களிடம் பகிர்ந்து கொள்ளுங்கள். அது உண்மையாக, நீங்கள் மிகவும் ரசித்துக் கொண்டதாக இருக்க வேண்டும்!

கள்ளம் கபடமற்ற, தூய்மையான குழந்தையின் உள்ளத்திலிருந்து வருபவை, பாரீஸ் ப்யூர் ரீஃபைண்ட் சர்க்கரையைப் போல இனிமையானது! தூய்மையானது!

* 'குழந்தையின் குறும்பு' அனுபவம் 10 வாக்கியங்களுக்கு மிகாமல் இருக்க வேண்டும்.

* கூப்பனுடன் இணைத்து கட்டுரைகள் வந்து சேர வேண்டிய கடைசித் தேதி: 13.2.2006

* அனைத்து போட்டியிலும் ஆசிரியர் தீர்ப்பே இறுதியானது.

* தேர்ந்தெடுக்கப்படும் 10 வாசகிகளுக்கு சென்னை வெள்ளி விழா மேடையில் பாரீஸ் ஷுகர் வழங்கும் ஆயிரம் ரூபாய் பணமுடிப்பும் பரிசும் வழங்கப்படும்.

பெயர் : ....

முகவரி : ....

....

....

....

தொ.பேசி. எண்: ....

ஈ-மெயில் : ....

கூப்பன்களை அனுப்ப வேண்டிய முகவரி :

குழந்தைகளின் குறும்பு,

மங்கையர் மலர்,
47, ஜவாஹர்லால் நேரு சாலை,
ஈக்காடுதாங்கல்,
சென்னை - 600 032.

உங்கள் குடும்பத்துக்காக என்றால்!
எப்போதெல்லாம் வாய்ப்பிருக்கிறதோ
அப்போதெல்லாம் உயர்ந்த தரத்தைத்
தானே தேர்ந்தெடுக்கிறீர்கள்?
ஏனென்றால் உங்கள் குடும்பத்துக்கு
எப்போதும் சிறந்தது மட்டுமே தேவை!

எந்த விதமான மாசுப்
பொருட்களும் இருக்கக்கூடாது என்றால்!
மற்ற சர்க்கரைகளைப் போல்
இல்லாமல், பாரீஸ் ப்யூர் ரிஃபைண்டு
சர்க்கரை மிக உயர்தரமான சிறப்பான
முறைகளின் மூலம்
சுத்திகரிக்கப்படுகிறது!

நல்ல விலை கொடுத்து ஒரு பொருளை ஏன் வாங்குகிறீர்கள்?

உங்களால் அதற்கான
வித்தியாசத்தை கண்கூடாகப்
பார்க்க முடிந்தால்!
பாரீஸ் ப்யூர் ரிஃபைண்டு சர்க்கரை
சாயமில்லாமல் தூய்மையாக
ஜொலிப்பதை பார்க்க முடியுமே!

எதுவும் எப்போதுமே ஃப்ரெஷ்ஷாக
இருக்க வேண்டுமென்றால்!
பாரீஸ் ப்யூர் ரிஃபைண்டு சர்க்கரை
மிகத் தூய்மையாகப் பேக்
செய்யப்பட்டிருப்பதால் நீங்கள்
திறக்கும் போதும் ஃப்ரெஷ்ஷாகவும்,
தூய்மையாகவும் இருக்கும்!



பாரீஸ் ப்யூர் ரிஃபைண்டு சர்க்கரை
தூய்மையானது, இனிமையானது.
குழந்தைகள் பேசுவதைப் போலவே.



தூய்மை! இனிமை!!



எஸ்.டி.டி. போட்டு யாருடனாவது பேசுவதற்கு முன்பே என்னென்ன சேதிகள் பேச வேண்டுமென்று ஒரு பேப்பரில் குறித்துக் கொண்டு பேச ஆரம்பித்தால், ஒன்றிரண்டு விஷயங்களை மறந்துவிட்டு, மறுபடி ஒரு ஃபோன்கால் போட்டு காசை வீணாக்க வேண்டாம்.

- நா. ராஜேஸ்வரி.

வந்தால் தீமைகள் குறைவாகவும் நன்மைகள் அதிகமாகவும் நடைபெறும்.

கன்னி ராசி :



உத்திரம் 2, 3, 4 - ஆம் பாதங்கள், ஹஸ்தம், சித்திரை 1, 2 ஆம் பாதங்கள்.

தொழில் முன்னேற்றம் மிகச் சிறப்பாக இருக்கும். நிதிப் பற்றாக்குறை என்னும் பேச்சுக்கே இடமில்லை. பொன், வெள்ளி ஆபரணங்கள் வாங்குவது வீட்டுத் தேவைக்கான விலை உயர்ந்த பொருட்கள் வாங்குவது போன்றவை நிகழும். அரசுப் பணியாளர்களும், வங்கி ஊழியர்களும் கல்வித் துறை சார்ந்தவர்களும் அதிக நன்மை பெறுவர். அலுவலகத்தில் விரும்பத்தக்க நல்ல மாற்றங்கள் நிகழ்ந்து உங்களை மகிழ்ச்சிக் கடலில் ஆழ்த்தும்.

உடல் ஆரோக்கியத்தில் அவ்வப்போது சிறு சிறு நோய் நொடிகள் ஏற்படலாம். எனினும் அவற்றால் பெரும் பாதிப்பு எதுவும் விளையாது.

திருமண வயதினருக்கு மணநாள் உறுதி செய்யப்படும். தம்பதியரிடையே நெருக்கம் அதிகரிக்கும்.

சந்திராஷ்டம நாட்கள் : 4ம் தேதி அதிகாலை 2.39 முதல் 6ம் தேதி காலை 7.09 வரை.

பரிகாரம் : புதன் கிழமைதோறும் சக்கரத்தாழ்வாரை வழிபடவும். சுதர்சன அஷ்டகம் சொல்லி வருவது நல்லது.

துலாம் ராசி :



சித்திரை 3, 4 - ஆம் பாதங்கள், சுவாதி, விசாகம் 1, 2, 3 - ஆம் பாதங்கள்.

நீங்கள் நினைத்தது அனைத்தும் நடக்கும். பல இடையூறுகளையும் முட்டுக்கட்டைகளையும் தைரியமாக எதிர்கொண்டு கடும் முயற்சி செய்து இறுதியில் வெற்றி காண்பீர்கள்.

குடும்ப வாழ்க்கை மகிழ்ச்சியாக இருக்கும். இல்லத்தில் அமைதி நிலவும். புத்திரபாக்கியம் இதுவரை இல்லாதவர்களுக்குத் தொட்டில் வாங்கும் நேரம் நெருங்கி விட்டது.

தொழில் தொடர்பான பல புதிய திட்டங்கள் மனத்தில் தோன்றும். அவை அனைத்திற்கும் உடனடியாகச் செயல் வடிவம் கொடுக்க முயற்சி செய்ய வேண்டாம். சற்று பொறுத்திருந்து தொழில் விரிவாக்கம் செய்வது நல்லது.

உடல் ஆரோக்கியம் சிறந்து விளங்கும். தேவைக்கேற்ப பணவரவு உண்டு.

சந்திராஷ்டம நாட்கள் : 6ம் தேதி காலை 7.09 முதல் 8ம் தேதி மதியம் 1.56 வரை.

பரிகாரம் : செவ்வாய், வெள்ளி ஆகிய நாட்களில் அருகில் உள்ள அம்மன் கோவிலுக்குச் சென்று சிகப்பு நிற மலர்கள் கொண்டு வழிபடவும்.

விருச்சிக ராசி :



விசாகம் 4 - ஆம் பாதம், அனுஷம், கேட்டை.

உடலும், உள்ளமும் நலம் பெறும். வரவைக் காட்டிலும் செலவு சற்று அதிகமாக இருக்கும் என்பதைத் தவிர மற்ற அனைத்தும் நன்மைகளாகவே நடைபெறும்.

உத்தியோகத்தில் உள்ளவர்களுக்குப் பதவி உயர்வு ஏற்படுவதற்கான சாத்தியக்



Estd. 1989 ஸ்ரீசுந்தர விநாயகர் துணை உ தேவதானப்பட்டி ஸ்ரீ காமாட்சி அம்மன் துணை
காலை காபி, 3 வேளை பிராமணாள் உணவு, தங்கும் வசதியுடன் 3 Tier இரயில் சுற்றுலாக்கள்.

23-2-06 (மகா சிவராத்திரி சுற்றுலா) & 13-3-06 & 11-4-06 & 27-4-06 & 4-5-06 & 11-5-06 & 18-5-06 முதல் 9 நாட்கள் : திரிவேணி-காசி-சாரனாத்-கயா-புத்தகயா-கல்கத்தா-பூரி-புவனேஸ்வர்-கோனார்க் ரூ. 3990

★ இத்துடன் ஆக்ரா-டெல்லி-**ஹரித்துவார்-ரிஷிகேஷ்** உள்பட 13 நாட்கள் ரூ. 5490

★ இத்துடன் பண்டரிபுரம்-**மும்பை**-ஜெய்பூர்-அமிர்தசரஸ்-வாகாபார்டர் உள்பட 19 நாட்கள் ரூ. 7990

4-5-06 மற்றும் 11-5-06 மற்றும் 10-6-06 முதல் 13 நாட்கள் : மதுரா-ஆக்ரா-பிருந்தாவன்-டெல்லி-ஹரித்துவார்-ரிஷிகேஷ்-**பத்ரிநாத்-கேதார்நாத்** ரூ. 5990

★ இத்துடன் திரிவேணி-காசி-கயா-கல்கத்தா-பூரி-புவனேஸ்வர்-கோனார்க் உள்பட 18 நாட்கள் ரூ. 7990

9-3-06 மற்றும் 11-4-06 மற்றும் 4-5-06 மற்றும் 11-5-06 முதல் 12 நாட்கள் மதுரா-ஆக்ரா-பிருந்தாவன் டெல்லி-குருக்ஷேத்திரம்-சண்டிகார்-**சிம்லா-குலு-மணாலி**-ரோத்தங்பாஸ்-வசிஷ்டாபாத்- உள்பட ரூ. 5990

★ இத்துடன் அமிர்தசரஸ்-வாகாபார்டர்-**ஜம்மு-வைஷ்ணவதேவி** உள்பட 15 நாட்கள் ரூ. 6990

10-3-06 & 29-3-06 & 11-4-06 & 4-5-06 & 11-5-06 முதல் 12 நாட்கள் பூரி-புவனேஸ்வர்-கோனார்க்-கல்கத்தா-**டார்ஜிலிங்-கேங்க்டாக் (சிக்கிம்)** சங்குலேக்-பாபாமந்திர்-மந்தாகினி வாட்டர் பால்ஸ் உள்பட ரூ. 5990

29-3-06 & 11-5-06 முதல் பண்டரிபுரம்-மும்பை-**அஷ்டவிநாயகர் யாத்திரை** உள்பட 9 நாட்கள் ரூ. 4590

60 நாட்களுக்கு முன் முழுப் பணம் செலுத்துவோர்க்கு கட்டணத்தில் 5% சலுகை தரப்படும்.

நவஜோதிர்லிங்கம்-பஞ்சதுவாரகா-அந்தமான்-இலங்கை-சிங்கப்பூர்-மலேசியா சுற்றுலாக்களுக்கு அணுகவும்

L.T.C. ரசீது தரப்படும். II Tier A/c & III Tier A/c சுற்றுலா உண்டு

சன் டிராவல்ஸ்

Prep. *K. சிதம்பரம்*, B.Sc., B.Ed.
செல் : 98421 - 56668

மதுரை : 3, தெற்கு மாசி வீதி, T.M. கோர்ட் (ரகஸ் காபி எதிரில்) மதுரை - 1. போன் : 2341133
சென்னை : 30, நடேசன் தெரு, (சிவா-விஷ்ணு ஆலயம் அருகில்) T. நகர், சென்னை-17. போன் : 24359194, செல் : 98421-59194
கோவை : கோமதி பில்டிங், 406, 1வது தெரு, காந்திபுரம், கோவை - 12. போன் : 2490770, செல் : 98428-96668
கும்பகோணம் : பிரசாத் போட்டோ ஸ்டுடியோ, 13-B, கோதண்டபாணி தெரு, கும்பகோணம். ☎ 2433550, செல் : 98421-56668
பெங்களூர் : S. பிரபாகரன், 38. ரிச் மோண்ட் ரோடு, Opp. : கேந்திரிபால் ஹைஸ்கூல், பெங்களூர்-25. ☎ 25511690, செல் : 93412-10778



பள்ளிக் குழந்தைகளின் சட்டையில் 'இங்க்' கறை பட்டால் உடனே அதில் சிறிதளவு சாதம் அல்லது ரொட்டியை வைத்து தேயுங்கள். பின்பு கழுவினால் கறை நீங்கி விடும்.

- அ. ருக்மணி

கூறுகள் வலுவாக உள்ளதை கிரக நில வரங்கள் உணர்த்துகின்றன. நண்பர்களுக் காகவும் உறவினர்களுக்காகவும் சுயநலம் கருதாமல் சில உதவிகளைச் செய்ய நேரிடும்.

குடும்பத்தில் அமைதி நிலவும். இல் லறம் நல்லறமாக நடைபெறும். பிள்ளை கள் மிகச் சிறப்பான முன்னேற்றம் காண்பார்கள்.

சந்திராஷ்டம நாட்கள் : 8ம் தேதி பிற்பகல் 1.56 முதல் 10ம் தேதி இரவு 11.08 வரை.

பரிகாரம் : ராசி அதிபதி செவ்வாய் 7ல் அமர்ந்து ராசியைப் பார்ப்பதால் திருமால் மருமகனாகிய செந்தில் ஆண்ட வனை மனதாரத் துதிக்கவும்.



தனுசு ராசி :

மூலம், பூராடம், உத்திராடம் 1 - ஆம் பாதம்.

குடும்பத்துப் பூர்விகச் சொத்து ஏதேனும் வரவேண்டியிருந்தால் சுமுகமான முறையில் அது கிடைக்கக் கூடிய வாய்ப்பு மிக பிரகாசமாகக் காணப் படுகிறது. தொழில் மேன்மையுறும். எழுத்து தொடர்பான தொழிலில் உள்ள வர்களும் கணக்கு, நிதி, வங்கி, கணினி, அச்சகம் போன்ற தொழிலில் உள்ளவர் களும் மிகப் பெரிய முன்னேற்றம் காண் பர். அரசு ஊழியர்களுக்கு அரிய வாய்ப்புகள் கிடைக்கும்.

பிள்ளைகளால் பெருமை அடைவீர் கள். அவர்களின் முன்னேற்றம் நீங்கள் எதிர்பார்ப்பதை விட சற்று அதிகமாகவே இருக்கும். திருமண வயதினருக்கு வாழ்க் கைத் துணை அமையும். பொருளாதார நிலையில் தொய்வு ஏற்படாமல் இருக்கும்.

ஆரோக்கியத்தில் முன்னேற்றம் ஏற்படும்.

சந்திராஷ்டம நாட்கள் : 10ம் தேதி இரவு 11.08 முதல் 13ம் தேதி காலை 10.17 வரை.

பரிகாரம் : வீட்டுக்கு அருகில் உள்ள சிவன் கோவிலுக்குச் சனிக்கிழமை தோறும் சென்று வழிபடவும். முடிந்தால் வில்வம் தும்பை ஆகியவற்றை சிவபெரு மானுக்குச் சமர்ப்பிக்கவும். நல்லெண் ணெய் தீபம் ஏற்றுவது அஷ்டமத்துச் சனிக்கு நல்லது.

மகர ராசி :



உத்திராடம் 2, 3, 4 - ஆம் பாதங்கள், திருவோணம், அவிட்டம் 1, 2 - ஆம் பாதங் கள்.

எந்த ஒரு செயலையும் எளிதாகச் செய்துவிட முடியாது. ஆனால் அனைத் துப் பணிகளையும் அரும்பாடுபட்டாவது செவ்வனே செய்து முடிப்பீர்கள்.

குடும்பம் மகிழ்ச்சியாக இருக்கும். இல்லறம் இனிக்கும். பிள்ளைகளின் முன்னேற்றம் மனதிற்கு ஆறுதல் அளிக் கும். பேச்சைத் தொழிலாகக் கொண் டவர்கள் குறிப்பிடத்தக்க முன்னேற்றம் காண்பர். நீதித்துறையில் பணிபுரிவோர் பதவி உயர்வு பெறுவர். அரசு ஊழியர்கள் அதிகாரம் அதிகரிக்கப் பெறுவர். பணிபுரி யும் இடத்தில் செல்வாக்கு கூடுதலாகும்.

நிதி நிலவரம் திருப்திகரமாக இருக்கும். பெரும் தொகை ஏதேனும் வரவேண்டி இருந்தால் மாத இறுதிக்குள் வந்து விடும்.

சந்திராஷ்டம நாட்கள் : 13ம் தேதி


SAA STHAA
SHRI CHAKKRA
மூன்று கல் ரகசியம்
சமையலறை அதிசயம்!
தேங்காய் துருவி மற்றும்
கோதுமை, மைதா மாவு
பிசையும் கருவிகள் இலவசம்!
2 Years Warranty
சிறப்பம்சங்கள்
2 லிட்டர் கொள்ளளவு
15 நிமிடத்தில் மாவு அரைக்கும் அதிசயம்
கடினமான கருப்புக் கல்
ஹெவி டியூட்டி மோட்டார்
50% வரை மின்செலவு குறைவு
உறுதியான ஏபிஎஸ் பாடி
உடையாத பாலிகார்பனேட் மூடி
கிரைண்டர் தயாரிப்பில் 25 வருட அனுபவம்
R&D தனிப்பிரிவு
A Quality Product From ISO 9001-2000 Certified company
110 volts & 60 Hz available for USA & Canada
தமிழகமெங்கும் முன்னணி கடைகளில் கிடைக்கும்
டிஸ்ட்ரிபியூட்டர்கள் :
கோயமுத்தூர் / நீலகிரிஸ் : Ph : 0422-2541297, 2541397
சென்னை / காஞ்சிபுரம் / திருவள்ளூர் : ஜோதி அப்ளையன்சஸ் Ph : 044-52173064, 25290084
வேலூர் / திருவண்ணாமலை : சீனிவாசா அசோசியேட்ஸ் Ph : 0416-2213190, Cell:94434-03916
செங்கல்பட்டு : Ph:04114-223333
சேலம் / தர்மபுரி / நாமக்கல் : விக்னேஷ் ஏஜென்சீஸ் Cell : 98427-66539/36539
கடலூர் / விழுப்புரம் : Ph:0431-2701123, Cell:98424-11066
பாண்டிச்சேரி : ஸ்ரீ குமரன் ஸ்டோர்ஸ் Ph : 0413-3090610
ஈரோடு / கரூர் : ஸ்ரீ இண்டஸ்ட்ரீஸ் Ph:0424-2252408, Cell:94437-40913
திருச்சி : Ph : 0431-2701262
திருச்சி/தஞ்சாவூர்/திருவாரூர்/நாகப்பட்டினம்/அரியலூர்/பெரம்பலூர் : எம்.ஆர்.எம். ஏஜென்சீஸ் Ph : 0431-2750430, 2750290
திருநெல்வேலி / தூத்துக்குடி / கன்னியாகுமரி : Ph : 0462-2578425 Cell : 98421-58225
மதுரை/தேனி/திண்டுக்கல்/ராமநாதபுரம்/சிவகங்கை/புதுக்கோட்டை/விருதுநகர் : மதுரை Ph : 0452-2345806, 5373221.
தயாரிப்பாளர்கள் : SHREE SAASTHAA GRINDERS
430, Kannusamy Gounder Street, Rathinapuri, Coimbatore - 27. Ph : 2332133, Cell : 98430-72346.
சாஸ்தா – சமையலறையின் சூப்பர் ஸ்டார்

காலை 10.17 முதல் 15ம் தேதி இரவு 9.59 வரை.

பரிகாரம் : செவ்வாய்க் கிழமை தோறும் அருகில் உள்ள முருகன் கோவிலுக்குச் சென்று வழிபடவும். தைக் கிருத்திகை நாளன்று (பிப்ரவரி 6) முருகப் பெருமானை மறவாமல் வழிபடவும்.



கும்ப ராசி :

அவிட்டம் 3, 4 - ஆம் பாதங்கள், சதயம், பூரட் டாதி, 1, 2, 3 - ஆம் பாதங்கள்.

மக்கட் செல்வம் தாமதமாகிக் கொண்டிருக்கும் தம்பதியருக்கு வம்சம் விருத்தியாகும் நேரமிது. பொருளாதார நிலையிலே குறிப்பிடத்தக்க நல்ல முன்னேற்றம் ஏற்பட்டு செழிப்படைவீர்கள். ரியல் எஸ்டேட், விவசாயம், கனிமச் சுரங்கம் போன்ற பூமி தொடர்பான தொழில் புரிவோர் எதிர்பாராத மிகப் பெரிய நற்பலன்களை அடைவார்கள்.

அரசு ஊழியர்கள் மாத முற்பகுதியைக் காட்டிலும் பிற்பகுதியில் அதிக நன்மை பெறுவர். அரசியல்வாதிகளுக்கு அற்புதமான வாய்ப்புகள் வந்து சேரும். அரசாங்கம் தொடர்பான விஷயங்களும் நீதிமன்ற வழக்குகளும் இம்மாதம் 13ம் தேதிக்குப் பிறகு சாதகமாக நடைபெறும்.

திருமணத்தடை விலகும். இல்லத்தில் சுபநிகழ்ச்சிகள் நடைபெறும். குடும்பத்துடன் சுற்றுலா செல்லும் வாய்ப்பு கிடைக்கும். கடல் கடந்து சென்று பொருள் ஈட்டுவதற்கான சந்தர்ப்பம் உருவாகும்.

சந்திராஷ்டம நாட்கள் : 15ம் தேதி இரவு 9.59 முதல் 18ம் தேதி காலை 8.35 வரை.

பரிகாரம் : இயன்றபோதெல்லாம் வீட்டிற்கு அருகில் உள்ள பிள்ளையார் கோவிலுக்குச் சென்று வழிபடவும். அருகம்புல் மாலை அணிவித்து ஆனை முகனின் அடிபணியவும்.

மீன ராசி :



பூரட்டாதி 4 - ஆம் பாதம், உத்திரட்டாதி, ரேவதி.

தொழில் முன்னேற்றம் மிகச் சிறப்பாக இருக்கும். உத்தியோகத்தில் உள்ளவர்களுக்கு மாத முற்பகுதியில் பதவி உயர்வு, பணி இடமாற்றம், இலாக்கா மாற்றம் போன்றவை நிகழும். சுயதொழில் புரிவோர் மகத்தான லாபம் பெறுவர். அயல்நாட்டு தொடர்புடைய தொழில் புரிவோர் ஒரு பெருந்தொகை கிடைக்கப் பெறுவர்.

பொதுவாகவே இந்த மாதம் பணவரவு மிகச் சிறப்பாக இருக்கும்.

கணவன்/மனைவி உறவு மகிழ்ச்சிகரமாக விளங்கும். பிள்ளைகள் பற்றிய கவலை ஏதேனும் மனத்தை உறுத்தும். எனினும் அவர்கள் மகிழ்ச்சியாகவே இருப்பார்கள். உடல் ஆரோக்கியம் சிறந்து விளங்கும். வீடு வாங்கும் யோகம் வலுவாக உள்ளது.

சந்திராஷ்டம நாட்கள் : 18ம் தேதி காலை 8.35 முதல் 20ம் தேதி மாலை 4.53 வரை.

பரிகாரம் : சிவ வழிபாடு செய்து வரவும். கோளறு பதிகம், சிவ புராணம் படித்து வரவும். தினமும் வீட்டில் ஸ்ரீருத்ரம் ஒலிக்கச் செய்து கேட்பது நலம் பயக்கும்.

தவறுக்கு வருந்துகிறோம்

இந்த இதழில் 213 முதல் 244 வரை பக்க எண்கள் தவறுதலாக அச்சாகியுள்ளன. தவறுக்கு வருந்துகிறோம். - ஆர்.


பெண் மயங்கும் பொன்நகை.!
கல்யாண் ஜுவல்லர்ஸின்
பொன் ஆபரணப் புன்னகை..!
கல்யாண்
ஜுவல்லர்ஸ்
100 அடி ரோடு, கோவை. போன் : 2528883

மின்னனையாளும் பொன்னனையாளும்!

ரேவதி சங்கரன்



மதுரை மீனாட்சியையும் சொக்கநாதரையும் வணங்கிய நிறைவோடு மல்லிகையும் தாழம்பூ குங்குமமும் வாங்க முற்பட்ட போதுதான் தரிசித்த பலன் கைமேல் கிடைத்தது. தாழம்பூ மணம் மனதை நிறைக்கக் குங்குமத்தைப் பொட்டலம் கட்டிய கடைக்காரர் அதோடு மஞ்சள் கயிறும் குண்டு மஞ்சளும் மீனாட்சியம்மையின் படமும் வைத்துக் கொடுத்தார். கொடுக்கும்போது, "மதுரைக் கோயில்களில் மட்டும் குங்குமம் வாங்கினால் மற்றவையும் நாங்களாகவே தருவது வழக்கம். ஏனெனில் கடையில் மஞ்சள் குங்குமம் வாங்க வருபவர்களில் ஒருத்தியாக அதோ கோயிலின் உள்ளே விளங்கும் மீனாட்சியே வரலாம் அல்லவா?" என்று இயல்பாகச் சொன்னார். பக்திக்கு இப்படி ஒரு விளக்கமா? அருகிலிருந்த நான்கு வயதுக் குழந்தையை, "மீனா! சேட்டை பண்ணாம உட்காரணும்" என்று செல்லமாகக் கடிந்து கொண்டதும், "மீனாட்சி மீது உங்களுக்கு எத்தனை பக்தி! அதுதான் மகளுக்கு மீனாள் என்ற பெயரோ?" என்றேன். அவர் தந்த பதில் எதிர்பாராதது!

"அம்மணி! நீங்கள் திருப்பூவணம் போனதில்லையா? மருதைக்குத் தென்கிழக்கால பன்னெண்டு மைல்தாங்க. அங்கே மின்னனையாள், சௌந்தர நாயகி என்ற பேரோட, அன்னைக்கு அழகியமீனாள் என்கிற பெயரும் உண்டு. எங்க ஊர் ஆத்தா பேரைத்தான் வெச்சுக் கூப்பிடறோம்! எப்படியாச்சும் அந்தக் கோயிலுக்குப் போயிட்டு வாங்க! இங்கிட்டு மருதையிலே கல் யானைக்குக் கரும்பு கொடுத்த சித்தரு அங்கிட்டு திருப்பூவணத்திலே ரசவாதம் இல்லே செஞ்சிருக்காரு! அவசியம் நீங்க பாக்கணும் தாயி!" குங்குமம் வாங்க வரும் பெண்களை மீனாட்சி என எண்ணும் இவரே என்னைத் திருப்பூவணத்துக்கு அழைக்கும் சித்தரோ என்று ஒருகணம் திகைத்தேன்.

போக வேண்டும் என்ற வேட்கை சிறு துளியாக மனதை நனைத்துக் கொண்டிருந்தது. அந்த எண்ணம் அடைமழையாகப் பிடித்து சிற்றோடையாகிச் சிறுவெள்ளமாகிப் பெருகி வரும் ஆற்றோட்டமாக என்னை ஆட்கொண்டு விட்டது. கடைக்காரர் சொன்ன சித்தர் என்னை அழைக்கட்டும் என்று விட்டு விட்டேன்.

வீட்டுக்கு வந்ததும் அழகிய மீனாள், சித்தர் பற்றி எல்லோரிடமும் சொல்லிச் சொல்லி மகிழ்ந்தேன். சிறிது நேரத்தில், "சித்தர் அழைக்கிறார்" என்று என் சகோதரி சொன்ன போது, ஒரு நிமிடம் ஒன்றும் புரியவில்லை. "திருப்பூவணத்திற்குப் போகப் போகிறோம்" என்று சொன்ன படியே, வீட்டில் பூத்த ஒரு கூடை நித்திய மல்லியை என்முன் வைத்து,

16

ஈச்வரி ஜகதீச்வரி



"உன் கையாலேயே மாலை கட்டு" என்று சொல்லிச் சென்றான். இதெல்லாம் நடக்குமா என்று நாம் மலைக்கும் பல விஷயங்கள் இயல்பாக நடக்கும் போது அது நம் செயலில்லை, நமது ஆர்வத்தின் அலைகளே உருப்பெறுகிறது என்பதைப் புரிந்துகொள்ள வேண்டும். போகும் வழியெல்லாம் திருப்பூவணம் பற்றியே பேச்சு. பேசியது காரோட்டி சித்தலிங்கம். 'ஆகா! இங்கும் ஒரு சித்தரா?' அவர் அந்தத் தலத்தின் சிறப்புகளை ஒவ்வொன்றாகச் சொல்லச் சொல்ல இத்தனை பெருமைகளும் ஏன் வெளியில் தெரியவில்லை என்ற ஆதங்கம்தான் ஏற்பட்டது.

"வைகை நதி இங்கே வடக்குப்புறமாகப் பாயறதினாலே, வடக்கில் காசி போல, கொங்கு நாட்டில் பேரூரைப் போல இதையும் பித்ரு மோட்சபுரம் அப்படின்னு சொல்லுவாக..." - நீத்தாரது எலும்புகள் வைகையில் புதைக்கப்படுவதனால் அவர்கள்

பிறவாநிலை அடைவர் என நம்பப்படுகிறது. முன்னொரு காலத்தில் தர்மக்ஞன் என்பவன் கலயத்தில் எடுத்துச்சென்ற எலும்புகள் புஷ்பமானதாகவும் கதை உண்டு. இத்தலத்துக்குப் புஷ்பவனம் என்ற பெயரும் உண்டு.

மனதை ஒருநிலைப்படுத்தி முத்திநிலை அடைய விரும்புவோர்களுக்கு இத்தலம் அத்தகைய சித்தியை அருளும் என்பதும் கண்கூடாம். மௌனமாக இந்தக் கோயிலை வலம்வந்து இங்குள்ள கோரசித்தர் கோயிலில் வழிபடுவது அதற்குத்தானாம். சித்தரைக் குலதெய்வமாகக் கொண்ட பல குடும்பங்கள் ஆண்டுதோறும் வந்து வழிபடுகின்றனர். எல்லோரும் முத்திக்கு வழி கேட்பதில்லையே, இம்மைக்கு எல்லா நன்மையும் அருளவேண்டும் என்பதைத்தானே நம்மைப் போன்ற சாமானியர்கள் வேண்டுவர்? திருப்பூவணம் எனும் தலத்தில் விளங்கும் பேரருளால் இம்மைக்கும் மறுமைக்கும் வேண்டியனவற்றைப் பெறலாமாம்.



''சாமியைப் பொன்னனையாள் என்கிற அம்மணி கிள்ளிப்புட்டாங் களாம். அப்படிக் கிள்ளினதை இன்னிக்கும் பாக்கலாம்!'' தலபுராணத்தில் தெரிந்து கொள்வதை எல்லாம் எங்கள் காரோட்டிச் சித்தரே காட்டி விட்டார். சித்தலிங்கம் கூறிய அத்தனை விஷயங்களையும் ஒன்று விடாமல் பார்த்துவிட வேண்டும் என்ற ஆவல் உந்தியது. தலச் சிறப்பைத் தெரிந்துகொண்டு தரிசிக்கும்போது கிடைக்கும் ஆனந்தம் முழுமையானது.

அற்புதம்

வைகை நதியின் கரையோரத்திலேயே கோயில் அமைந்திருக்கிறது. ஏழாம் நூற்றாண்டுக்கும் முன்பே எழுப்பப்பட்ட கோபுரத்தை நிமிர்ந்து பார்க்கும் போதுதான் இயந்திரங்கள் இல்லாத காலத்தில், மின்விளக்கு இல்லாத காலத்தில் இத்தனை பெரிய கோபுரங்களை எழுப்பியிருக்கும் கைத்திறனை அதையும் மீறிய இறையன்பையும் எண்ணி மனம் கசிகிறது.

''தென்னாடுடைய சிவனே போற்றி என்னாட்டவர்க்கும் இறைவா போற்றி'' என்று கருவறை இறைவனுக்குக் கேட்கும்படி உரக்கக் குரலெடுப்பது யார்? நம் சித்தலிங்கம் தான்!

காரைப் பூட்டி விட்டு வைகையில் போய் கைகால் கழுவி விட்டு எங்கள் பின்னாலேயே வந்திருக்கிறார். இனி நாம் பேசாமல் அவர் பேசுவதைக் கேட்டால் நல்லது என்பதை என் சகோதரி கண்ணாலேயே கூறி விட்டாள்.

எதிரே ஓடும் வைகையாற்றிலிருந்து நேராகத் தரிசனம் செய்ய வேண்டும் என்று வேண்டிய ஒரு



• பூவணநாதர்

பக்தனுக்காக நந்தியம்பெருமான் சற்றே தலையைத் திருப்பி வழிபட்டு அமர்ந் திருப்பதை நம் சித்தர் காட்டினார். அன்பே சிவம் என்பர். இந்த நந்தியின் அன்பை என்ன என்பது!

மூலத்தானத்திலுள்ள சுயம்பு லிங்கம் புஷ்பவனேசுவரர், திருப்பூவணநாதர் என்று பெயர். நாமம் கேட்ட உடனேயே நாவுக் கரசர் திருத்தாண்டகம் மனத்தில் மலர ஆரம்பித்து விட்டது.

வடிவேறு திரிசூலம்
தோன்றும் தோன்றும்
வளர்சடைமேல்
இளமதியம் தோன்றும்
தோன்றும்
கடியேறுகமழ்கொன்றைக்
கண்ணி தோன்றும்
காதில் வெண் குழைதோடு
கலந்துதோன்றும்
இடியேறு
களிற்றுரிவைப் போர்வை தோன்றும்
எழில் திகழும் திருமுடியும்
இலங்கித்தோன்றும்
பொடியேறு திருமேனி பொலிந்து
தோன்றும்
பொழில் திகழும் பூவணத்தெம்
புனிதனார்க்கே!

நித்தியமல்லி மாலையை இன்டை போல் இறைவன் தலையில் சூட்டிச் சுடரொளி காட்டினர் சிவாசாரியார். தான்தோன்றியான லிங்கத்தில் திரிசூலம் தெரிந்தது. இந்த ஈசனது சன்னிதியில் மோட்ச தீபம் ஏற்றினால் நீத்தார் முக்தி பெறுவார்களாம். காசியிலும் ஒரு படி மேல் என்று குறிப்பிடுகிறார்கள். இறை வனுக்குப் பின்புறம் வட்ட வடிவில் இருபத்தேழு நட்சத்திரங்களைக் குறிக்கும் இருபத்தேழு விளக்குகள் அமைக்கப்பட் டுள்ளன. மோட்ச தீபத்திற்கு முக்கூட்டு எண்ணெய் பயன்படுத்தப்படுகிறது. விளக் கெண்ணெய், இலுப்பெண்ணெய், வேப் பெண்ணெய், நல்லெண்ணெய் இவற்றில் ஏதாவது மூன்றின் கலவையையோ அல் லது நல்லெண்ணெயை மட்டுமே தீபங் களை ஏற்றப் பயன்படுத்துகிறார்கள்.

இவற்றோடு ஒரு பெரிய அகல் விளக் கில் நெய் தீபமும் ஏற்றி இறைவன் சன்னிதியில் வைக்கின்றனர். சூரியன் போல வட்ட வடிவில் தீபங்கள் சுட ரொளி வீசுகின்றன. சூரியபகவானே தனக்கு ஏற்பட்ட பித்ரு சாபம் விலக இங்கு வந்து ஈசனை வழிபட்டாராம். இதனால் பாஸ்கரபுரம் என்ற பெயரும் இத்தலத்திற்கு உண்டு. விளக்கொளியில் விளங்கும் வித்தகனைப் பார்க்கப் பார்க்க எதையுமே கேட்கத் தோன்றாமல் மனது லேசானது. கால்கள் தரையில் பாவாமல் பஞ்சு போல் மிதக்கும் உணர்வு இந்த சன்னிதியில்தான் கிடைத்தது.

அழகியமீனாள் பெயருக்கேற்றபடி கொள்ளை அழகு. சௌந்தரிய நாயகி அம்மை, மின்னனையாள் என்றெல் லாம் பெயராம். கருணை பொழியும் மலர்முகம், சிறு புன்னகை, வண்ணக் கரங்கள், வளைந்த இடை, மலர்ப்



• சித்தராய் வந்த சிவபிரான்

பாதங்கள். இந்த மின்னனையாளை அந்தப் பொன்னனையாள் எப்படிக் கிள்ளாமல் விட்டாள்! யார் அந்தப் பொன்னனையாள்?

அந்த சன்னிதிக்கு வந்து நின்றதும் காலம் சுழல்வது நின்றுவிட்டது போல் தோன்றியது. இன்றைய வழக்குத் தமிழில் சிவாசாரியார் சொல்லச் சொல்ல பரஞ்சோதி முனிவரது தமிழில் மனத்திரையில் அன்றைய நிகழ்வுகள் விரிந்தன.

ஆனந்தம்!

(பொன்னனையாள் கதை)



சிவபெருமானே சித்தராக வந்து பொன்னனையாள் என்ற ஆடல் மகளுக்குச் சித்துவித்தை செய்தது திருவிளையாடல் புராணத்தில் ஒரு படலம். பொன்னனையாள் சிறந்த சிவபக்தை. செல்வம் நிறைந்தவளும் கூட! சிவனடியார்களுக்கு மனமுவந்து அமுது படைப்பதில் பெருமகிழ்ச்சி அடைந்தவள். உணவு சமைக்கப் பொருள் இருந்தாலும் பொன்னால் இறைவனுக்கு ஒரு உருவம் அமைத்து மகிழச் செல்வம் போதவில்லையே என உள்ளத்தில் புழுங்கியவள். மெழுகால் ஓர் உரு அமைத்து வைத்திருந்தாள். ஒருநாள் அவளது இலலத்திற்கு பூசிய திருநீறும், வீசிடும் செஞ்சடையும், தாங்கிச் சிவனடியார் உருவில் சிவபிரானே எழுந்தருளி அவள் உடல் மெலி வுற்று இருப்பது கண்டு உனக்கேதும் மனக்குறை உண்டோ?'' என வினவினார்.

High Fashion Jewellery



Venkys Jewelle
Born From Narayana Pearls
#75, Pondy Bazaar, Next to Univercell, T.Nagar, Chennai - 600 017. Ph : 42123226

"தினமும் பூவணநாதர் திருக்கோயிலில் ஆடுகின்ற பணியைச் செய்து வரும் எனக்கு ஈசனது திருஉருவைப் பொன்னில் வார்த்துக் கண்ணாரக் காண வேண்டும் என்ற ஆசை உண்டு" என்றாளாம். அவரும் மகிழ்ந்து, அவளது வீட்டிலுள்ள ஈயம், செம்பு, பித்தளைப் பாத்திரங்கள் எல்லாவற்றையும் கொண்டுவரச் சொல்லி அவற்றின் மீது தனது கையால் திருநீற்றைத் தூவி அவை அனைத்தையும் அன்றிரவு முழுவதும் நெருப்பிலே புடமிடும்படிச் சொல்லி மறைந்தாராம். அவளும் முழு நம்பிக்கையுடன் சித்தர் சொன்னது போலவே செய்ய, மறுநாள் அந்த உலோகப் பொருட்கள் எல்லாமே பொன்னாக மின்ன அவள் அடைந்த மகிழ்ச்சிக்கு எல்லையே இல்லை!

அட்டமா சித்திகளும் கைவரப் பெற்றவர்களே சித்தர்கள் அல்லவா? ரசவாதம் செய்த சித்தர் பரமனே என உணர்ந்து அந்தப் பொன்னைக் கொண்டு கைதேர்ந்த சிற்பியிடம் ஈசனது திருஉருவை வடிக்கச் சொன்னாள். அப்படிச் சிற்பி வடித்த பொன் படிமம் மிக மிக அழகாக அமைந்திருந்தது. பார்க்கப் பார்க்க அது சிலை என்பதை மறந்தாள். என்ன செய்கிறோம் என்று உணராத நிலையில், "அச்சோ! அழகியபிரானே!" என்றபடி அழகியபிரானது கன்னத்தைக் கிள்ளி முத்தமிட்டு ஆனந்தக்கூத்தாடினாள். அப்படிக் கன்னத்தைக் கிள்ளிக் கொஞ்சியதால் ஏற்பட்ட வடுவுடனேயே இறைவன் இன்னும் இத்தலத்தில் காட்சியளிக்கிறார். அன்று அபரஞ்சிப் பொன்மேனியாக இருந்த திருஉருவினை இன்று ஐம்பொன்மேனியாகக் காணலாம்.

இந்தக் கதையை சிவாசாரியார் விவரிக்க அந்த அழகிய மேனியையும், திருமுகத்தில் பொன்னனையாளது நகக் குறியையும் பார்க்கப் பார்க்க உடலெங்கும் பரவசம் பெருக்கெடுக்கிறது. "இறைவனிடம் இப்படியும் அன்பு செலுத்த முடியுமா? நாம் காண்பது நிஜமா இல்லை கனவா?" என்று நம்மையே கிள்ளிப் பார்த்துக் கொள்ளுகிறோம். எத்தனை வெள்ளம் ஓடினாலும் நதியின் புகழும் பெயரும் மாறுவதில்லையே. அதுபோலவே பல்லாண்டு காலம் ஓடிவிட்டாலும் பக்தியின் மணம் இன்றும் கமழ்வதால் இக் கோயிலில் வணங்கும்போது நம் நெஞ்சங்களில் எத்தனை நிறைவு! எத்தனை அமைதி!

வரும்போது வழிநெடுகப் பேசிக் கொண்டே வந்த சித்தலிங்கமும் இப்போது சத்தமில்லாமல் காரோட்ட, கேட்டதும் பார்த்ததும் உணர்ந்ததும் உள்ளத்தைக் கடந்து உயிரில் இனித்ததில் பேச்சற்ற ஆனந்தத்தில் நாங்கள்! "சத்தத்தினுள்ளே சதாசிவம் காட்டிச் சித்தத்தினுள்ளே சிவலிங்கம் காட்டி..." ஓதுவார் குரல் மெல்லியதாய்க் காற்றில் கலந்து வர... பொன்னனையாள் கிள்ளியதையும் முத்தம் கொஞ்சியதையும் நினைத்து நினைத்து வியப்பில் எனக்குள்ளேயே நான் கரைய... துருப்பிடித்த நமது மனங்களையும் ரசவாதம் செய்து பொன்னாக்கச் சித்தர் வருவாரா? எண்ணமோ திருப்பூவணத்தில்! பயணமோ மதுரையை நோக்கி!

பொட்டில் அடித்தாற் போல்...

இனி உங்களைப் பற்றியும் உங்கள் பிரச்னைகளுக்கு சரியான தீர்வையும் துல்லியமாக அறிந்து கொள்ள இதோ ஓர் உலகத்தரம் வாய்ந்த எளிய வழி...

நமது சரியான **பிறந்த தேதி** மற்றும் பெயரை மட்டும் கொடுத்தால் போதும், மிகத் துல்லியமாக **நாம் ஏதும் கூறாமலேயே பொட்டில் அடித்தாற் போல்** நம்மைப் பற்றியும் நாம் சந்தித்து வரும் பிரச்சனைகள் பற்றியும் AAN* விஞ்ஞான முறைப்படி நேரில் பார்த்தது போல் கூறி, நிரந்தர தீர்வு காண எளிய மற்றும் சிறந்த பரிகார முறைகளைப் பற்றியும், ஆலோசனை வழங்கி வருகிறார் மாமேதை Mastir of AAN* திரு **'பக்ஷி' தி. வேணுகோபாலன்** அவர்கள். இவர் இந்தியாவிலேயே முதலாவதாக AAN* முறைப்படி பரிந்துரைக்கப்பட்ட நபர்களுக்கு மட்டுமே சக்தியேற்றி, செறிவூட்டப்பட்ட (Energised & Enriched) உயர்தர (imported) இரத்தினக் கற்களை வழங்கி அவர்களது வாழ்வில் அதிசயிக்கத்தக்க நிகழ்வுகளை நிகழ்த்தியும் வருகிறார். 15 வருடங்களுக்கும் மேலாக அனுபவம் மிக்க இவர் புதுதில்லியில் உள்ள Institute of Numerology (R&D)யில் *சீனியர்* மெம்பராகவும் உள்ளார்.

இந்த அற்புதமான கலையைப் பரிசோதிக்க விரும்பும் ஜோதிடர்கள் மற்றும் எண் கணித நிபுணர்கள் மறைமுகமாக அல்லாமல் நேரிடையாகவே முன்பதிவு செய்து வரலாம் என்று சவால் விடுகிறார் திரு. **'பக்ஷி' தி. வேணுகோபாலன்.** மேலும் உங்களுக்கு அதிர்ஷ்டத்தையும் அமைப்பையும் உருவாக்கி எந்தத் தொழில், என்ன வியாபாரம் செய்தால், குறுகிய காலத்தில் பெரு வெற்றி பெறலாம் என்பதையும், அரசியலில் வெற்றி, **இராகு - கேது தோஷங்களால் ஏற்படும் திருமணத் தடைகளை ஏற்ற பரிகாரங்கள் மூலம் துரித நிவர்த்தி செய்வது.** குழந்தை பிறப்பு, வெளிநாட்டில் வேலை வாய்ப்பு, உங்களைச் சார்ந்த ஆண் - பெண்ணின் ஒழுக்கம் போன்ற பல்வேறு சந்தேகங்களுக்கும், அத்துடன் ஒவ்வொரு இரத்தின மணியும் எவ்விதமான Energies (either Projective + or Receptive - Measured in Electron Volts- 'eV') வெளிப்படுகிறது (அ) உள்ளிழுக்கிறது என்பதையும், மேலும் இவற்றை நாம் எப்படி ஒருங்கிணைத்துப் பயன்படுத்த வேண்டும் என்பதையும் (in order to regain the equilibrium position in our body Electro - Magnetic field - AURA) இவரது AAN* முறையில் மட்டுமே மிகத் தெளிவாக அறிய முடிகிறது.

(எ-க) ஒரு செறிவூட்டப்பட்ட சுத்தமான வைரம் 5.5 'eV' Projective Wave Energy வெளிப்படுகிறது.

Courtesy: Gemmological Association of Great Britain

இவரது தொடர்பு முகவரி:(பாண்டிச்சேரி)

'பக்ஷி' தி. வேணுகோபாலன் **Master of AAN* & Aura Viewer**

(Senior Member, Institute of Numerology (R&D) Nangal Raya, New Delhi - 110 004)

ஆலோசனைக்காக : 6, வடசி வீதி, காமராஜ் நகர், (வேல். சொக்கநாதன் திருமண மண்டபம் மற்றும் வெஸ்லி பள்ளி அருகில்) பாண்டிச்சேரி - 605 011.

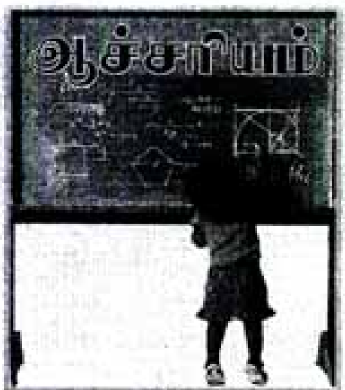
Phone: 0413 - 2211667 Cell: 98423 - 66855 'AAN* -ADVANCED AURIC NUMEROLOGY'

Consulting Hours : 9.00 a.m to 1.00 p.m & 3.00 p.m. to 8.00 p.m

Do you know what is NAME?

N = Natal's
A = Abstract
M = Maintained by
E = Eternal

Space Sponsored by Institute of Numerology (R&D) New Delhi



இது அலோஹாவின் பயிற்சியால் மட்டுமே சாத்தியம்

ALOHA™

MENTAL ARITHMETIC
For age 6 to 14

உங்கள் குழந்தை கணக்கு வாய்ப்பாடுகளை மனப்பாடம் செய்ய தேவையில்லை என்றால் ஆச்சரியமாக இருக்குமல்லவா? உங்கள் குழந்தை பாடங்களை எளிதாக புரிந்து கொள்ள தனித்திறமை வழி இருந்தால் சிறப்பாகுமே? ஆம் இவையெல்லாம் அலோஹாவின் 2 மணி நேர வார இறுதி பயிற்சியின் மூலம் சாத்தியமே.

இப்பயிற்சி உலக அளவில் 12 நாடுகளில் 26,00,000 குழந்தைகள் பயிலும் தனித்திறமை மிக எளிய கணித பயிற்சி முறையாகும். மேலும் ஆசியாவிலேயே 6 முதல் 14 வயதுக்கு உட்பட்டோருக்கான மிகச்சிறந்த பயிற்சி முறையாகும்.

அபாகஸ் முறையைப் பயன்படுத்தும் அலோஹா பயிற்சி முறை கற்றலை ஆர்வமுடையதாக்குகிறது. இப்பயிற்சி உங்கள் குழந்தையின் மூளைக்கு புத்துணர்வூட்டி அதன் திறனை முழுமையாக வெளிக்கொணர்கிறது.

அலோஹா பயிற்சி மூலம் உங்கள் குழந்தை வாழ்க்கையில் வெற்றி பெற இன்றே அணுகுங்கள்.

Corporate Office: **ALOHA INDIA**

(A Division of KK Academy (P) Ltd) An ISO 9001 : 2000 Certified Company
No.32, 1st Main Road, R.A.Puram, Chennai - 28. Tamilnadu, India. Tel : 044 - 2461 3262, 2461 6268
Email : info@alohaindia.com, Web : www.alohaindia.com

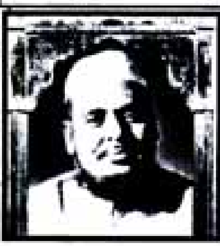
Become our Franchisee & join the successful ALOHA family

For Students Registration Contact : Tamilnadu: 044-24613262, 2461 6268, Kerala : 93498 66901, Karnataka : 98450 42790, Mumbai : 98926 30945, Maharashtra : 92251 10677, Madhya Pradesh : 93296 02000, Gujarat : 98254 95517, Rajasthan : 94140 98887, Punjab : 98149 31628, Delhi : 98181 46028, Chandigarh & Haryana : 98109 95282, Jammu & Kashmir : 9419006363, West Bengal : 93333 11934.

ஆன்மீக உலகில் ஓர் அற்புதம்!

ஆன்ம சக்தியை அழித்து, அறிவின் திறனை குறைத்து, மனவலிமையை தகர்த்து, நிம்மதியைக் குலைத்து, வலிவை பாழாக்கி, ஆரோக்யத்தைக் குறைத்து, குடும்பத்தில் குழப்பம், தொழிலில் நஷ்டம், உத்தியோகத்தில் பிரச்சனை, கல்வியில் தோல்வி, காதலில் வீழ்ச்சி போன்ற காரியங்களை பில்லி, சூன்யம், ஏவல் இவற்றால் தீமை உண்டாகின்றன.

விண் மட்டும் விஞ்ஞானம் வளர்ந்த போதும், இவைகளுக்குத் தீர்வு அருள் மறையிடம் மாத்திரமுண்டு. இந்தக் குறைகளை நீக்கி எல்லாத் துறையிலும் வெற்றி பெறச் செய்கிறார் மாபெரும் தவச்சீலர் மறையகம் பாபா. உடனே அணுக வேண்டிய முகவரி



அருள்

மறையகம்

1 B, மகாலட்சுமி அப்பார்ட்மெண்ட், நெ. 3, அப்துல் ரசாக் தெரு, நூர்ஜஹான் தியேட்டர் எதிரில் (தற்போது ராஜ் தியேட்டர் என்று பெயர் மாற்றப்பட்டுள்ளது), சைதாப்பேட்டை, சென்னை – 600 015. ☎போன் : 2435 1190, 2433 2047.
செல்போன் : 98404 11551

குறிப்பு : வெளியூர், வெளிநாடுகளில் வசிப்பவர்கள் தங்கள் பிரச்சினை தீர்க்க தங்கள் பெயர், தங்கள் தாயார் பெயருடன் தங்கள் பிரச்சினைகளை எழுதி, ரூ. 10 (அ) அதற்கான அஞ்சல் தலையுடன் அனுப்பி வைத்து ஆலோசனை பெறவும்.

ஸ்ரீ அய்யப்பா டிராவல் ஏஜன்ஸி

ஸ்தாபகர் : S.V. அய்யப்பன்

S.A.T.A

13/27, வெள்ளாளத் தெரு, புரசைவாக்கம், சென்னை–84. (தபால் நிலையம் எதிரில்), போன் : 26431023, 42020059, 42602059
E-mail : sriayyappatravels@hotmail/yahoo/rediff/gmail.com/touchtelindia.net Visit us : www.geocities.com/ sriayyappatravels

முக்திநாத் சாளக்கிராம நேபாள யாத்திரை : 25-2-06 முதல் 15 நாட்கள். ரயில், பஸ், உணவு, தங்குமிடம் உட்பட ரூ. 7,620/- (முக்திநாத்திற்கு ஆகாயவிமானம், குதிரை கட்டணம் தனி)
நால்வர் பாடிய திருமுறைத்தலங்களில் காவிரி வடகரை தலங்கள் 63 : 13-3-06 முதல் 6 நாட்கள். பஸ், உணவு, தங்குமிடம் உட்பட ரூ. 2,700/
பஞ்சத்துவாரகா, மேவார் சக்தி பீடங்கள் 2-ம் : 19-3-06 முதல் 14 நாட்கள். ரயில், பஸ், உணவு, தங்குமிடம் உட்பட ரூ. 6,720/-
திருமுறைத் தலங்களில் காவிரி தென்கரை (பாகம்-1) 65 தலங்கள் : 4-4-06 முதல் 6 நாட்கள். பஸ், உணவு, தங்குமிடம் உட்பட ரூ. 2,700/-
வடநாட்டு சக்திபீடங்கள் : 8-4-06 முதல் 15 நாட்கள். ரயில், பஸ், உணவு, தங்குமிடம் உட்பட ரூ. 7,620/-
திருமுறைத் தலங்களில் காவிரி தென்கரை (பாகம்-2) 62 தலங்கள் : 11-4-06 முதல் 6 நாட்கள். பஸ், உணவு, தங்குமிடம் உட்பட ரூ. 2,700/-
சோழ நாடு, தொண்டைநாடு, நடுநாடு 64 திவ்ய தேசங்கள் : 18-4-06 முதல் 6 நாட்கள். பஸ், உணவு, தங்குமிடம் உட்பட ரூ. 3,200/-
பாண்டிய நாடு, மலைநாட்டில் 31 திவ்ய தேசங்கள் : 25-4-06 முதல் 6 நாட்கள். பஸ், உணவு, தங்குமிடம் உட்பட ரூ. 3,200/-
தென்நாடு சக்தி பீடங்கள் : 2-5-06 முதல் 6 நாட்கள். பஸ், உணவு, தங்குமிடம் உட்பட ரூ. 2,900/-
பத்ரி-கேதார் வடநாட்டு திவ்ய தேசங்கள் : 10-5-06 முதல் 13 நாட்கள். ரயில், பஸ், உணவு, தங்குமிடம் உட்பட ரூ. 6,800/-
கைலாஷ் மானஸரோவர் : 18 நாட்கள். காட்மண்டு முதல் காட்மண்டு வரை ரூ. 60,000/- (பாஸ்போர்ட் அவசியம் தேவை)
தாமோதர்குண்ட் முக்திநாத் யாத்திரை : 10 நாட்கள். ரூ. 45,000/- (பாஸ்போர்ட் அவசியம் தேவை)
காசி, அயோத்தியா, அலஹாபாத், நைமிஷாரண்யம், சித்திரகூடம் : 2-6-06 முதல் 12 நாட்கள். ரூ. 6,000/-
பத்ரி-கேதார் வட நாட்டு திவ்ய தேசம் : 16-6-06 முதல் 13 நாட்கள். ரூ. 6,800/-
அமர்நாத் பனி லிங்கம் யாத்திரை : 15-7-06 முதல் 15 நாட்கள். ரூ. 7,620/-

திருமுறைத் தலங்களில் நடுநாட்டு சிவத்தலமான திருநல்வெண்ணெய் மற்றும் சோழநாட்டில் காவிரி வடகரை ஸ்தலமான ஆரித்துவாரமங்கலம் இரண்டு தலங்களின் திருப்பணிக்கு தங்களால் இயன்ற பொருளுதவி செய்ய கேட்டுக்கொள்கிறோம்.

கிளை : கோவை : 15/637, டெடு(பு)ளையம் ரோடு, கோவை-2 Cell : 9894211024, 9894847325 Email : sriayyappatravels_coimbatore@touchtelindia.net

ஓடினேன், ஓடினேன்!

என்னவரின் 40 வருட ஆபீஸ் சர்வீஸ் வி.ஆர்.எஸ். ஸுடன் முடிந்தது. பெண், பிள்ளை கல்யாணம் வேறு என்று என் கடமை எல்லாமும் முடிந்தது, என்று இருந்தால், மறுபடியும் ஆரம்பித்து விட்டது "அடிய பிடிடா" என்று!

மகன், மருமகள், பெண், மருமகன் என்று எல்லோரும் வேலைக்குச் செல்கிறவர்கள். குழந்தைகளை யார் பார்த்துக கொள்வது என்பதுதான் பிரச்னை. 'அப்பாடா அப்பா ரிடையர் ஆயாச்சு, அம்மா ஃப்ரீ' என்று மகனும் மகளும் நினைக்க, பிறகென்ன எங்கள் வீடு பேரன்களின் காப்பகம். நான்தான் குக், டீச்சர், நர்ஸ், அட்டெண்டர், ஆயா, வாட்ச்மேன் எல்லாம். இதற்கு மேல் என் செல்ல பேரன்களுக்கு பாட்டி! என்னவரோ கேட்கவே வேண்டாம். போஸ்ட் ஆபீஸ், பாங்கு, ஈ.பி., வீட்டு வரி, காய்கறி, பிள்ளைகளின் வருமான வரி கணக்கு என்று வெளியிலேயே சுற்றிக்கொண் டிருப்பார்.

அந்த நாளைப் போலவே இப்பொழுதும் பிள்ளைங்க டிபன், சாப்பாடு கொடுத்தனுப்ப, மருமகள்களுக்குக் கையில் கொடுத்தனுப்ப என்று யோசித்து, யோசித்துச் செய்கிறேன். பேரன்கள் மதியம் வந்தால் அவர்களுக்குப் பிடிக்குமே என்றும் சமைக்கிறேன், ஊட்டுகிறேன் இதனை மகிழ்ச்சியுடனே செய்கிறோம்.

ஆனால் இதனைச் சிலர் "கட்டிக் கொடுத்தோமோ தனியா வைத்து விட வேண்டியதுதான். அவர்கள் ஆச்சு, அவர்கள் குழந்தைகள் ஆச்சு" என்று ஒரு சாராரும், "ஒத்தப் பிள்ளையா வைத்திருக்கிறோம். அவங்க கூடத்தான் இருக்கணும்" என்று ஒரு சாராரும், "இதற்கெல்லாம் கொடுத்து வைத்திருக்கணுமே" என ஆற்றாமையுடன் ஒரு சாராரும் சீண்டிக் கொண்டிருப்பார்கள். இதையெல்லாம் கேட்டும் கேட்காத மாதிரி 'ஏமாளியாக' வெரி ரெஸ்பான்சிபிள் சர்வீஸ் செய்து கொண்டு இருக்கிறோம். எங்களுக்குப் பொழுதே போதவில்லை.

அதனால் நான் அன்றும் ஓடினேன், இன்றும் ஓடுகிறேன், நாளையும் ஓடுவேன் வாழ்க்கை ஓடும் வரை.

எங்களுடைய பேரன்களின் வி.ஆர்.எஸ்ஸுக்காக!

- பாலா திரிபுரா



அன்புக் கணவர் ஒருவர் தன் அன்பு மனைவியின் கட்டளையை சிரமேற்கொண்டு கடை கடையாக அலைந்து மங்கையர் மலரை வாங்கி முகர்ந்த அனுபவத்தை நம்முடன் பகிர்ந்து கொள்கிறார்.

மலரில்லாமல் மணன் இல்லை

"என்னங்க, இன்றைக்காவது 'மங்கையர் மலர்' புத்தகம் வாங்கி வந்தீங்களா?" - இது என்னுடைய மனைவியின் ஏக்கக் கேள்வி.

மழையிலும் காற்றிலும் மாறி மாறி நனைந்து சனிக்கிழமையான இன்று அரை நாள் வங்கி வேலைக்குச் சென்று மதியமே வீடு வரவேண்டிய நான், ஆபீஸ் வேலைப் பளுவினால் உடைந்து தேய்ந்து போய் ஒரு வழியாக மாலை ஆறு மணிக்கு வீடு வந்து சேர்ந்த என்னிடம் என் பத்னி கேட்ட கேள்வியது. தொடர்ந்தாள் அவள்,

"ஏங்க, இன்னிக்கு தேதி அஞ்சாங்க. மங்கையர் மலர் வந்து தீர்ந்தே போயிருக்கும்ங்க. வெளியில போகும் போது கொஞ்சம் மறக்காம வாங்கி வந்துடுங்க.. ப்ளீஸ்."

ஐஸ் கட்டியாக உருகின அவள் வார்த்தையுடன் சுடச்சுட அவள் கொடுத்த காப்பியும் பக்கோடாவும் அந்த நேரத்துக்கு மிக மிக இதமாக இருந்தது.

ஆபீஸிலிருந்து வந்து கஷ்டத்தைப் பாராமல் வரிந்து கட்டின வேட்டியுடன் விறுவிறுவென்று வெளியே வந்தேன். "ஐயோ, இதுக்காக நீங்க கொட்ற மழையில வெளியில போக வேணாங்க; நாளைக்குப் பார்த்துக்கலாம் விடுங்க" என்று சொன்ன என் மனைவியின் சொற்களைக் காதில் வாங்கிக் கொள்ளாதது போல் வீராப்பாக ஸ்கூட்டரை உதைத்துக் கிளப்பினேன்.

அண்ணா நகர் பழமுதிர்ச்சோலை தாண்டி ஒரு பேப்பர் கடையின் வாசலில் ஸ்கூட்டரை நிறுத்தி, "ஒரு மங்கையர் மலர் குடுங்க" என்று



எஸ்பிஆர் ஹோம்ஸ்

கோவையில் பல நவீன வசதிகளுடன்

தனி வீடுகள்



- 2 மற்றும் 3 படுக்கையறைகள் கொண்ட தனி வீடுகள்
- ரயில் நிலையத்திலிருந்து 6 கி.மீ.
- பள்ளி, கல்லூரி, பல் பொருள் அங்காடிகள், பஸ் நிலையம் அருகில்
- 24 மணிநேரம் பாதுகாவலர் வசதி

முந்துங்கள் சில வீடுகள் மட்டும் உள்ளன

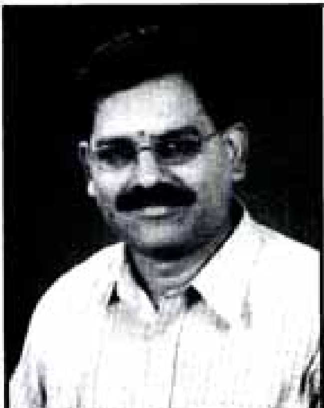
முன்னணி வங்கிகள் மூலம் கடன் வசதி

Espeeyare Homes

Site Address:
Behind Cheran Nagar,
Kavundampalayam, Coimbatore.
Phone : 2232818, 2233846, 5589177

Office Address:
Promoted by: Espeeyare Enterprises (I) Pvt. Ltd.
15, Malavia Street, Ramnagar, Coimbatore - 641 009.
Cell : 98422 32818, 98658 10000

www.sprhomes.com.



பாரம்பரிய ஜோதிடர்

துயரத்தின் பிடியிலிருக்கும் பலரும் இவர் பார்வை பட்ட பிறகு வாழ்க்கையின் உயர்ந்த நிலையை அடைந்து விடுகின்றனர்.

திருமணத்தடை, குழந்தையின்மை, கணவன் மனைவி பிரிவு, வேலையின்மை, தீராத கொடிய நோய்கள், செய்வினைக் கோளாறுகள் போன்றவற்றை எளிமையான பரிகாரம் மூலம் இவர் தீர்க்கும் விதம் வியக்கத்தக்கது.

வெளியூர் அன்பர்கள் ஒரு ஜாதகத்தின் மூன்று கேள்விகளுக்குப் பதில் பெற ரூ.100/- அனுப்பவும். ஜாதக நகல் + ரூ. 5 அஞ்சல் தலை ஒட்டிய சுயவிலாசமிட்ட கவர் இணைக்க வேண்டும். ஜாதகம் இல்லாதவர்களும் எங்கள் பிரசன்ன முறையில் பதில் பெறலாம்.

Prof. S. பஞ்சநாதன்

வாக்குச் சித்தர் ஜோதிட நிலையம், எண்.8/27, 3rd மெயின்ரோடு, தில்லை கங்கா நகர், நங்கநல்லூர், சென்னை - 600 061. தொலைபேசி (044) - 22327773, 94444-53693

ரகசியங்கள் ரகசியமாய் இருக்கும். ♦ தொலைபேசி மூலம் முன் அனுமதி பெற்று வருக!

SATISFACTION GUARANTEED

பெட்டிக் கதை

முதலாளி

சுரேஷ் தனக்கு வேண்டியபட்ட அந்தக் கடையிலேயே, பேண்ட், ஷர்ட், பனியன், லுங்கி எல்லாம் வாங்கினான். சரக்குகளை எடுத்துப் போட்ட சிப்பந்தி யின் முகமும் பொறுமையும் சுரேஷை மிகவும் கவர்ந்து விட்டது.

''சார், உங்களைப் போல் ஒரு சிப்பந்தி இப்படி விற்பதைப் பார்த்து சந்தோஷமாக வாங்கிட ஆசையாக உள்ளது சார்'' என்றான் சுரேஷ்.

''இதை அப்படியே அங்கே கணக்குப் பெட்டியில் இருக்கிற மேனேஜரிடம் போய்ச் சொல்லுங்கள்'' என்றார் அவர். ஆனால், பாராட்டுதலைக் கேட்ட மேனேஜர் 'படுபாவி!' என்று முணு முணுத்தார். ''இன்று காலையிலிருந்து நீங்கள் பன்னிரண்டாவது ஆள்! எங்களை அவமானப்படுத்துவதற்காக இப்படிச் சொல்லி அனுப்புகிறார்!'' என்றார் மேனேஜர்.

''அதில் என்ன தப்பு?'' என்றான் சுரேஷ்.

''இந்தக் கடையின் முதலாளியே அவர்தான் சார்!'' என்றார் மேனேஜர் ஒரு வெறுப்புடன்!

- ஜி. ஜெயலெட்சுமி கோபாலன்.



ரெடியாக ரூபாயை நீட்டிக் கேட்டேன். கடைக்காரரோ, ''சாரிங்க, மலர் தீர்ந்துடுச்சு. ஒண்ணே ஒண்ணு இருந்தது. அதையும் இப்பத்தான் ஒருத்தர் வாங்கிப் போயிட்டாருங்க.'' அவர் சொன்ன வார்த்தைகளை அரை குறையாகக் காதில் வாங்கிப் போட்டுக் கொண்டு பக்கத்தில் உள்ள மருந்துக் கடையில் புத்தகங்களைப் பார்த்து விட்டு அங்கே போய் மலரைக் கேட்டேன.

அவர் சொன்ன பதில் வினோதமாக இருந்தது. ''மங்கையர் மலர் இருக்குதுங்க. அதுக்கு இரண்டாவது புக் இல்லைங்க. நாளைக்கு வாங்க, தந்துடறேன்.''

நான் மிக சாவதானமாக, ''பரவாயில்லீங்க, நீங்க மெயின்புக்கைக் குடுங்க. இரண்டாவதை பிறகு வந்து வாங்கிக்கறேன்.''

மருந்துக் கடைக்காரர் மறுத்து விட்டார். ''அது உங்களுக்கும் கஷ்டம். எனக்கும் கஷ்டம். வேணாங்க. நீங்க நாளை மதியம் வாங்க. ஒரு புத்தகமாவது உங்களுக்காக எடுத்து வைக்கிறேன்.''

எரிச்சல் பற்றிக்கொண்டு வந்தது எனக்கு. 'என்ன ஆனாலும் சரி. இன்றைக்கு மலரில்லாமல் மனை இல்லை. மனைவி, மக்கள் இல்லை' என்று சூளுரைத்துக் கொண்டு ஸ்கூட்டரை அதிவேகமாக உதைத்தேன். கடை கடையாக ஏறி இறங்கினேன். எங்கும் எதிர்மறை பதில்தான்.

இறுதியில், விடாமுயற்சியின் பலனாக ஒரு கடையில் என் பிரிய மனைவி விரும்பிய மங்கையர் மலர் கிடைத்தே விட்டது. அரிய புதையல் ஒன்று கிடைத்தது போன்ற மகிழ்ச்சி எனக்கு.

வீட்டுக்குள் நுழைந்ததுமே என் மனைவி, ''என்னங்க மலர் கிடைச்சுதா...?''

நடந்ததை ஒரு வரி விடாமல் அவளுக்குச் சொல்லிவிட்டு மங்கையர் மலரை அவள் கையில் தந்த போது, பார்க்க வேண்டுமே அவள் முகப் பூரிப்பை. அடடா, ஆயிரம் கோடி கண்கள் வேண்டும்.

'மங்கையர் மலரே! நீ என்ன மங்கையர் மலரா? அல்லது மந்திர மலரா? சொல்வாயா!'

ஐ.ஓ.பீ.டி.டி.

இனி பாத்திரம் வாங்க
கடை கடையாய் ஏறவேண்டாம்!

Murugan

1985 யிலிருந்து கரண்டி தயாரிப்பில் முதன்மையானவர்கள்
இப்பொழுது பிரஸர் குக்கருடன் கரண்டி,
பாத்திரங்கள் சேர்த்து வழங்குகிறோம்



Murugan

Cutlery to Pressure Cookers
Entire cooking range!

Manufactured by : **Aarumugaa Industries**, 23,Venkateswara Colony 4th Street,
Arul Nagar Main Road, Kodungaiyur, Chennai - 600 051.Ph: 25555892

Available at all Leading Retail Outlets

அட்டகாசமான புதிய பகுதிகள் ஆரம்பம்!



வைரமணி எஸ்டேட்

-புதிய தொடர்கதை

சூப்பர் ஸ்டார்



-விளையாட்டு வீரர்களைப் பற்றிய தொடர்

வியப்பூட்டும் ஸ்பைடர்மேன்!

-புதிய சித்திரத் தொடர்கதை

விண்வெளிக் கதைகள்

இசைக் கருவிகளும் இனிய கதைகளும்

புஞ்சி

குழந்தைகளின் குதூகலம்!

ரூ.6/- **கோகுலம்** பிப்ரவரி 2006

குழந்தையைக் குளிப்பாட்டும் முறை



உங்கள் குழந்தையைக் குளிப்பாட்டும் அந்தத் தருணம் உங்கள் இருவருக்கும் ஒரு விசேஷமான நேரம். அன்பைப் பகிர்ந்து கொள்ளும் நேரம். குளிப்பாட்டுதல் என்பது உங்கள் குழந்தையின் சுகாதாரத்திற்கும் உடல் ஆரோக்கியத்திற்குமான முதல் படி. நாளடைவில் குளித்தல் என்பது உங்கள் குழந்தைக்கு ஒரு சுகமான அனுபவமாகி விடுகிறது.

உங்கள் குழந்தையைக் குளிப்பாட்டும் முன் கீழ்க்கண்ட பொருட்களைத் தயாராக வைத்துக் கொள்ளுங்கள்.

1. குளிக்கும் டப்பில் குழந்தைக்கு ஏற்ற விதத்தில் சூடான நீர். குழந்தை சூடு தாங்குமா என்பதை உங்கள் மணிக்கட்டிலோ மூட்டிலோ சுடுநீரை விட்டு சோதிக்கவும். தண்ணீர் இளஞ்சூட்டில் இருத்தல் வேண்டும். அதிக சூடாக இருக்கக் கூடாது.
2. ஒரு மக்
3. கொதிக்க வைத்து குளிர்ந்த தண்ணீர்.
4. பஞ்சு உருண்டைகள்
5. சுத்தமான உடைகள், மடிக்கப்பட்ட நேப்பி உட்பட
6. குழந்தைக்கு மிருதுவான ஹேர் பிரஷ்
7. தீவிரத்தன்மையில்லாத பேபி சோப்
8. பேபி ஷாம்பூ
9. பேபி பவுடர்

உங்கள் குழந்தையைக் குளிப்பாட்டும் சரியான முறை :

கொதிக்க வைத்து குளிர வைத்த நீரில் பஞ்சு உருண்டையை நனைத்து கண்களின் உட்புறமிருந்து வெளிப்புறமாக இதமாகத் துடைக்கவும்.



ஒரு சுத்தமான ஈரத் துணியால் குழந்தையின் முகம், மூக்கு, காது, கழுத்தின் பின்பகுதிகளைத் துடைக்கவும்.

தண்ணீரின் சூடு இதமாக இருக்கிறதா என்று பார்க்க வேண்டும்.

ஷாம்பூ பயன்படுத்துவதற்கு குழந்தையின் தலையை டப்பிற்கு மேல் தாங்கிப் பிடித்துக் கொண்டு, தீவிரத் தன்மையற்ற ஷாம்பூ பயன்படுத்திக் கழுவவும்.

குழந்தையை டப்பில் படுக்க வைக்கும் முன் தீவிரத்தன்மையற்ற மாய்ஸ்சரைஸிங் சோப்பினால், உங்கள் விரலைப் பயன்படுத்தி, குழந்தை



Rs.12/-

(A KALKI GROUP PUBLICATION)

subscribe now

Name : ....

Address : ....

: ....

.... **Pin :** ....

PERIOD:	**INAUGURAL OFFER!**
☐ **1 year** Rs.144/-	Rs. 120/-
☐ **2 years** Rs.288/-	Rs. 230/-
☐ **3 years** Rs.432/-	Rs.300/-

Valid upto 30th April 2006 Only

Amount enclosed : Rs. ☐ **(DD / MO / Cheque* favouring 'Gokulam Calibre Comics')**

* Add Rs. 20/- for Outstation cheques

The Circulation Manager, Gokulam Calibre Comics,
'Kalki Buildings', 47-NP, Jawaharlal Nehru Road, Ekkaduthangal,
CHENNAI - 600 032. E-mail : subscription@kalkiweekly.com

யின் மீது நுரையை ஏற்படுத்தவும்.

ஒரு கையினால் தலையின் பின் புறத்தைத் தாங்கிப்பிடித்துக் கொண்டு நுரையை இதமாகக் கழுவவும்.

குளிப்பாட்டிய பிறகு, உங்கள் குழந்தையை உலர்ந்த டவலால் சுற்றி எடுத்து, துடைக்கவும். சரும மடிப்புகளில் விசேஷ கவனம் செலுத்தவும்.

குளித்தபிறகு நன்றாக பவுடர் போட வேண்டும்.

குழந்தையைக் குளிப்பாட்டும் போது கவனிக்க வேண்டியவை :

குளிர்ந்த காலைப் பொழுதிலோ அல்லது காலதாமதமாக மதிய வேளையிலோ குளிப்பாட்டக் கூடாது. உங்கள் குழந்தையைக் குளிப்பாட்ட சரியான நேரம் சுமார் காலை 10 மணி.

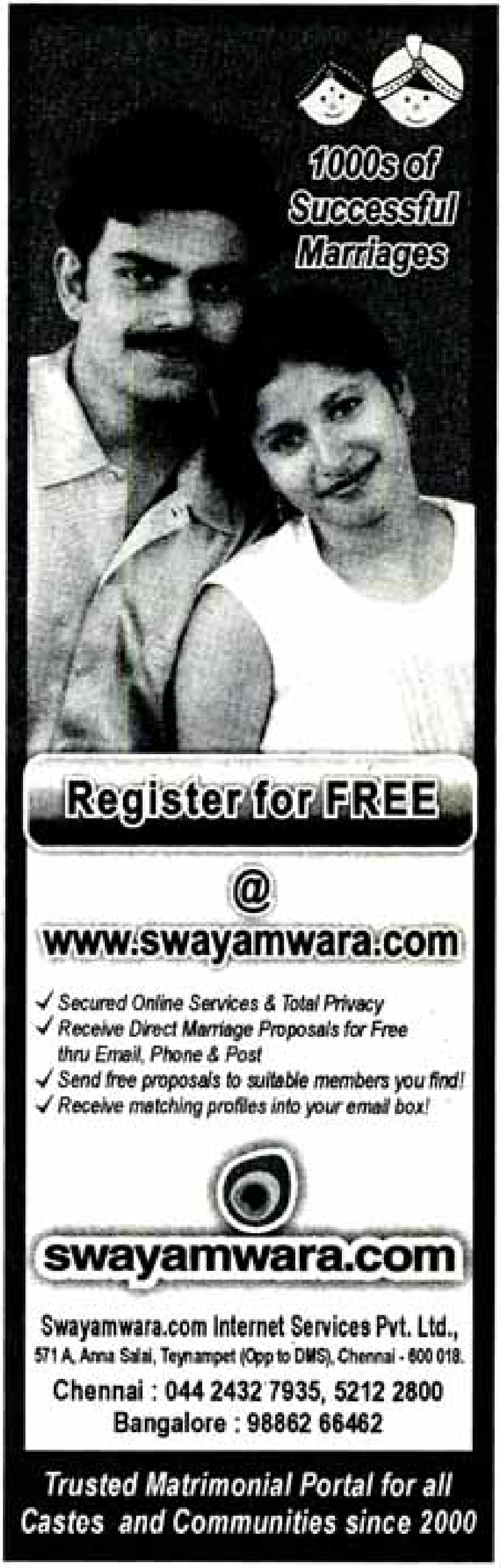
5 முதல் 10 நிமிடம் வரை குளிப்பாட்ட வேண்டும்.

குழந்தையைக் குளிப்பாட்டும் அறை மிக அதிக காற்றோட்டம் இல்லாதவாறு இருக்க வேண்டும்.

மருத்துவரீதியாகச் சோதிக்கப்பட்ட, தூய்மையான, இதமான, தீவிரத்தன்மையற்ற சோப்பைப் பயன்படுத்திக் குழந்தையைக் குளிப்பாட்ட வேண்டும்.

குழந்தையைக் குளிப்பாட்டும் போது எப்போதும் அதைத் தனியாக விடாதீர்கள். உங்கள் குழந்தை தனியாக பாத் டப்பில் உட்காரும் வயதை அடைந்தாலும் தனியாக விடக் கூடாது.

- வே. சித்ரா



நாளைய

நிறைய கனவுகளுடனும் அபாரமான அறிவுத் திறனுடனும், வளையவரும் எதிர்கால இந்தியத் தூண்களாம், இன்றைய இளம்தலைமுறையினர்க்கு உற்சாகம் அளிக்கும் டானிக் தொடர்....

"பொதுவாக, 'நீ பெரியவனாகும் பொழுது என்னவாக ஆகப் போகின்றாய்?' என்று ஐந்து வயது சிறுவர்களிடம் கேட்கும் பொழுது, எதையும் யோசிக்காமல் சட்டென்று, 'நான் டாக்டராவேன், இன்ஜீனியர் ஆவேன்' என்று சொல்லும் சிறுவர் சிறுமியர்கள், பின்னொரு சமயத்தில் அவர்கள் வளர்ந்து கல்லூரிப் படிப்பைத் தொடரும் பொழுதே அதே கேள்விக்குப் பட்டென்று பதில் கூற முடியாமல், யோசிக்கக் கூடத் தோன்றாமல் தடுமாறுவது ஏன்? அல்லது 'என்ன படிச்சு, என்ன செய்ய' என்று விட்டேத்தியான பதிலைக் கூறுவது ஏன்? குழந்தைப் பருவ ஆசைகள் வெகுளித்தனமானதா? இல்லையெனில் அந்த ஆசைகள் சுற்றியுள்ள பெரியவர்கள், பெற்றோர்களால் முளையிலேயே கிள்ளி எறியப்படுகிறதா? அல்லது வளர்ச்சியின் முதிர்ச்சி காரணமாக இவர்கள் யதார்த்தத்தைப் புரிந்துகொண்டு தங்களது ஆசைகள் நடைமுறைக்கு ஒத்துவராது என தீர்மானித்துக் கொள்கின்றார்களா?

நம்மில் சிலர் மேற்கூறிய கருத்தினின்று முரண்பட்டு, 'இன்றைய இளைஞர்கள் தங்களது நிகழ்காலத்தையும், எதிர்காலத்தையும் நன்கு புரிந்துள்ளார்கள். தங்களது வாழ்க்கையில் சரியான முன்னேற்றப் பாதையைத் தேர்ந்தெடுக்க திறமை பெற்றவர்கள், அவர்களைப் பற்றிய தேவையற்ற பயம் இன்றைய பெரியவர்கள் கொள்ள வேண்டாம்' என்று நம்பிக்கை கொண்டுள்ளார்கள்.



ஆசிரியர் குறிப்பு :

- **மதுரை சமூக அறிவியல் மையத்தின் முதல்வராகவும், கல்வி ஆலோசகராகவும், மதுரை சைல்ட் லைனின் அமைப்பாளராகவும், பாய்ஸ் டவுன் சொஸைடியின் பொது காரியதரிசியாகவும் விளங்குபவர். சமூகத் தொண்டையும், கல்வித் தொண்டையும் ஒருசேர ஆற்றிவரும் சிறந்த கல்வியாளர் இவர்.**

டாக்டர் பே.நா. நாராயண ராஜா

அப்துல்கலாமே!



இந்த இருவகையான, முரண்பட்ட கருத்துக் களில் எது உண்மை, பெரும்பான்மையான இளைஞர்களின் மத்தியில் நிலவும் யதார்த்தங்கள் எவை?

இன்றைய இளைஞர் கள் தங்களுடைய எதிர் காலத்தைப் பற்றிய சிந்தனை யில் ஈடுபட்டுள்ளனரா என் பதனைத் தெரிந்து கொள்ள ஒரு நகரில் எடுத்த கருத்துக் கணக்கெடுப்பில், 75 சதவிகித ஆண்களும், 85 சதவிகிதம் பெண்களும் தங்களுடைய எதிர்காலத்தைப் பற்றிய விழிப்புணர்வு இல்லாது, 'சித்தன் போக்கு சிவன் போக்கு' என்றே தங்களது நாட்களை நகர்த்துகின்றனர் என்றும், 80 சதவிகித ஆண் களும், 90 சதவிகிதப் பெண் களும் வாழ்க்கையில் எதைச் சாதிக்கப் போகின் றோம் என்பதனைச் சொல்லத் தெரியாமலும், 60 சதவிகித ஆண்களும், 88 சதவிகிதப் பெண் களும் தங்களது மேற் படிப்பின் நோக்கம் என்னவென்ப தைக் கூற இய லாமலும் உள்ள தாகத் தெரிய வந்துள்ளது. இந்த முடிவுகள் மற்ற கிராம, நகர்ப்புறங்களுக் கும் பொருந்தும்.

கல்லூரிப் படிப்பைத் துவங்கும் பொழுதும், முடிக்கும் பொழுதும் கூட அடுத்து என்ன செய்யப் போகின்றோம் என்ற உணர்வுகள் இல்லாது, ஏதோ நானும் கல்லூரியில் சேர்ந்து படிக்க வேண்டுமென்ற முடிவுடன் படிப்பவர்கள் அதிகம் பேர் உள்ளனர். அதனாலேயே படித்து முடித்த பின்பு தங்களது படிப்பிற்கோ, திறமைக்கோ சரியான வேலை கிடைக்கவில்லை என்று புலம்புபவர்கள் உண்டு. பட்டப் படிப்பு பெண்ணின் திருமணத்திற்குத் தேவையான தகுதி மட்டும்தான் என்ற நிலை இருப்பதை நாம் அறிவோம்.



நமது நாட்டில் வேலையில்லாத் திண்டாட்டம் என்பதை விட, வேலைக்கு உகந்த திறமைகளுடன் ஆட்கள் கிடைக்கவில்லை என்பதுதான் உண்மை. 'இதுதான் இன்றைய யதார்த்தம், இந்தத் திறமைகளைத்தான் வேலைதரும் நிறுவனங்கள் எதிர்பார்க்கின்றன. என்னுடைய பலமும் பலவீனமும் இதுதான், எனது முன்னேற்றம் இப்படித்தான் அமைய வேண்டுமென்ற சுய அறிவும், அதற்கேற்ப தங்களது குறிக்கோள்களை வரையறுத்துக் கொள்ளாத சோம்பேறித்தனமுமே பல இளைஞர்களின் எதிர்காலத்தைக் கேள்விக்குறி ஆக்கிவிட்டுள்ளது.

வாழ்க்கையின் குறிக்கோள்களை நிர்ணயம் செய்வதும், நிர்ணயத்தை ஒட்டி முன்னேற்றப் பாதைகளைத் தேர்ந்தெடுப்பதும், தேர்ந்தெடுத்தப் பாதைகளில் சரியாகப் பயணம் செய்வதும், பயணத்தின் நெளிவு சுளிவுகளைப் புரிந்து கொண்டு முன்னேறுவதுதான் வெற்றிக்கு உகந்தவையாக அமையும். இந்த முன்னேற்றத்திற்குப் பொறுமையும் சகிப்புத்தன்மையும் மிகவும் அவசியம்.

நீங்களும் முதல் நிலையை அடைய வேண்டுமா? இதற்கு விடை காண வேண்டுமாயின் முதலில் உங்களது குறிக்கோளை முடிவு செய்து கொள்ளுங்கள்...

வாழ்வில் முதல நிலையை அடைந்த அத்துணை பெரியோர்களும் தங்களுக்கென சில குறிக்கோள்களை அமைத்துக் கொண்டே முன்னேறி முதல் நிலையை அடைந்துள்ளனர். நீங்

ஓம் நமசிவாய

"ஜோதிட ரத்னா"

டாக்டர் இலா.அம். கருணாகரன்



எதிர்கால பலன்கள்







ஸ்ரீ சுகர் அகத்தியர் ®

நாடி ஜோதிட நிலையம்

பழங்காலத்தில் வாழ்ந்த சப்தரிஷிகள், பதினெட்டு சித்தர்கள் வான் இயல், மருத்துவம், ஜோதிடம் ஆகியவற்றில் உள்ள இரகசியங்களை வாழையடி வாழையாக வரும் மனித சமூகம் தெரிந்து கொள்வதற்காக வேண்டி, ஓலைச் சுவடிகளில் எழுதி வைத்துள்ளனர். அவ்வாறு எழுதப்பெற்றஓலைச் சுவடிகள் மூலம் கை பெருவிரல் ரேகையைக் கொண்டும், ஜாதகத்தைக் கொண்டும், பிறப்பு முதல் ஆயுள் வரையிலான கல்வி, தொழில், வியாபாரம், உத்தியோகம், கலைப்பணி, பொதுப்பணி, திருமணம், திருமணத்தைப் பற்றிய விவரங்கள், குழந்தைகள், சொத்துக்கள் அடையும் காலங்களையும், கடன், வழக்கு, வியாதி, நட்டம், விரோதி, கண்டம் ஆகிய தீமைகளையும் அவற்றின் நிவர்த்திகளையும் போகர், சிவவாக்கியர், வசிஷ்டர் போன்றமகரிஷிகளால் எழுதப்பெற்றஓலைச் சுவடிகள் மூலம் படித்து எழுதியும் தருகிறோம்.

பழைய எண். 13/ புது எண் : 31,
மன்னார் (ரெட்டி) தெரு,
(கிருஷ்ணவேணி தியேட்டர் அருகில்) தி.நகர்,
சென்னை-600 017, தென்னிந்தியா,
போன்: 24360244, 55398367.



"ஜோதிட ரத்னா"
டாக்டர் இலா.அம். கருணாகரன்

மும்பை விலாசம் : No: C1, Flat No: 123, 12th Floor,
Shree Shubh Karma Co-operative Housing Society Ltd.,
SSS Nagar, Koliwada, Sion East, Mumbai-400 037.
Ph. : 022-24013484 / 39544019

www.naadijothidam.com

மண்ணில் நல்ல வண்ணம் வாழ எங்களை நாடி வாருங்கள்; நன்மைகள் பெறுவீர்.



மாவுக் கோலம் நமக்குத் தெரிந்த விஷயம். "ஜான்ஸன் பட்ஸ்" எடுத்து நனைத்துப் போட்டால் கோல இழை நன்கு வரும்.

- எஸ்ஸார்

களும் முதல் நிலையை அடைய வேண்டுமா? இதற்கு விடை காண வேண்டுமாயின் முதலில் உங்களது குறிக்கோளை முடிவு செய்து கொள்ளுங்கள்? ஏனெனில் உங்களது குறிக்கோள் நீங்கள் நடந்து செல்லும் பாதையைத் தெளிவாகக் காட்டும் வழிகாட்டி.

நமது வாழ்வின் குறிக்கோளைத் தீர்மானிப்பது எளிதான செயலன்று. வாழ்வின் ஒவ்வொரு கட்டத்திலும் நமது குறிக்கோள் மாறிக்கொண்டிருக்கும். சிறுவனாக பேருந்தில் பயணம் செய்யும் பொழுது, வாகன ஓட்டியாவதே தன்னுடைய குறிக்கோள் என நினைக்கும் ஒருவன், தனது அனுபவ அறிவையும், படிப்பையும், தன்னைச் சுற்றியுள்ளவர்களின் ஆலோசனைகளும் வைத்து அரசு அதிகாரியாக ஆக வேண்டுமென்ற குறிக்கோளை பின்னொரு காலத்தில் மாற்றி அமைத்துக் கொண்டால் அதுவே அவனின் முன்னேற்றத்திற்கு வழியாகும். மேல்நிலைப்பள்ளியில் படிக்கும் காலந்தொட்டே தன்னுடைய எதிர்காலம் எப்படி அமைய வேண்டுமென்ற கனவுகளை, கற்பனைகளை எழுதிப் பார்த்து ஒருவன் வருவானானால், அவன் தனது குறிக்கோளை எளிதாக வரையறுத்துக் கொள்ள முடியும்.

உங்களது குறிக்கோள்கள் எது வேண்டுமாயினும் இருக்கலாம். சிறந்த விளையாட்டு வீரன், தேர்ந்த வியாபாரி, அறிவு மிகுந்த ஆசிரியன், வங்கிப் பணியாளன், விஞ்ஞானி, அலுவலக உதவியாளன், சொந்த பணிபுரிபவன், சமூகப் பணியாளன், பத்திரிகையில் பணிபுரிபவன், அரசு அதிகாரியாக (ஐ.ஏ.எஸ்., ஐபிஎஸ், ஐ.ஆர்எஸ்) மருத்துவர் (ஆயுர்வேதிக், அலோபதி, ஹோமியோபதி, சித்தா, யுனானி போன்றவை) மருத்துவத் துறையைச் சார்ந்த பிற தொழில்கள், கணினி சம்பந்தப்பட்ட தொழில் வல்லுனர் - இப்படி இன்னும் பல துறைகளைச் சார்ந்து உங்களது குறிக்கோள் அமைய வேண்டும். உங்களது குறிக்கோள்களை நிர்ணயம் செய்வதில் உங்களது குடும்பம், ஆசிரியர்கள், நண்பர்கள், ஊரில் படித்தவர்கள் உதவியை நீங்கள் நாட வேண்டும். இவர்களின் உதவியால் உங்களது குறிக்கோளை நீங்கள் சீரமைக்க வேண்டும்.

எது குறித்தும் ஆசைப்படுவதில் தவறில்லை, நமது ஆசைகளை அடையத் தெரியாத அறியாமையே குற்றம். பாதைகள் தெரியாத எந்தப் பயணமும் குறித்த எல்லையை அடைய முடியாது. ஆக்கப்பூர்வமான ஆசைகளை வளர்த்துக் கொள்வதும், அந்த ஆசைகளை அடையும் பாதைகளைக் கண்டுகொள்வதும், அந்தப் பாதையில் பயணம் செய்யத் துணிவதும்; அதற்கேற்ப உடல் நிலையையும், உள்ளத்தையும் அமைத்துக் கொள்வதுமே நமது வெற்றிக்கு வழிமுறைகளாகும். தகுந்த குறிக்கோளை நிர்ணயம் செய்வதே இதற்கு முதலாவதான தேவை. எல்லா வயதினருக்கும் இது பொருந்தும். ஒருவன் இளமையில் வாழ்வின் குறிக்கோளை வரையறுத்திருந்தால் அவனது வாழ்நாட்கள், முடிவுக்கு நாம் எதற்காக வாழ்கின்றோம், என்ன சாதித்தோம், இன்னும் என்ன சாதிக்க வேண்டும் என்ற வாழ்வின் அர்த்தத்தை உணர்த்தியிருக்கும், அவனது வாழ்வும் அர்த்தமுள்ளதாக அமைந்திருக்கும். வாழ்வின் ஒவ்வொரு நிலையிலும் நான் இப்படித்தான் வாழப் போகின்றேன் என்று தீர்மானமாக அவனால் கூற முடியும். இதுவே உங்களது வெற்றிக்கு அடித்தளமாகும். குறிக்கோள் இல்லாதான் வாழ்க்கை அவனுக்கு மட்டுமல்லாது, சுற்றியுள்ளவர்களுக்கும் பாரமாகவே இருக்கும் என்பதில் ஐயமில்லை.

பிப்ரவரி 2006

CavinKare

Tex-க்கு ஹலோ சொல்லுங்கள்
ஆசிட்டிற்கு பை பை சொல்லுங்கள்!

வழங்குகிறோம் Tex உபயோகப்படுத்துவதற்கு மிகவும் எளிதாக சாஷே வடிவில் அறிமுகப் படுத்தப்படும் இந்தியாவின் முதல் டாய்லெட் க்ளீனர் இது. டெக்ஸ், நெடியை ஏற்படுத்தாமல் இருப்பதோடு ஆசிட்டைவிட அடர்த்தியாகவும் இருக்கிறது. எனவே, இது பவுலில் தங்கி, பின் சீராக பரவி விடாப் பிடியான கறைகளையும் நீக்குகிறது. உங்கள் டாய்லெட்டை பளபளக்கும் சுத்தத்துடன் வைத்திருக்கிறது!

விரையுங்கள்! டெக்ஸ்-ஐ வீட்டிற்கு எடுத்துச் செல்லுங்கள் ஆசிட்டிற்கு பைபை சொல்லுங்கள்.



ஆசிட்டிற்கு நோ சொல்லுங்கள் | கறைகளுக்கு நோ சொல்லுங்கள் | ஆசிட் புகைக்கு நோ சொல்லுங்கள்



ஆசிடிற்கு பை பை

செய்து

குடகு இட்லி

பச்சரிசி - 1 கப், சாதம் 1 கப்புக்குக் குறைவாக, தேங்காய்த் துருவல் - ½ கப், சர்க்கரை - 1/3 கப், ஃப்ரூட் ஸாலட் - 1 தேக்கரண்டி, உப்பு.

அரிசியைக் களைந்து 2 மணி நேரம் ஊறவைக்கவும். தேங்காயுடன் ½ கப் தண்ணீர் சேர்த்து பால் எடுக்கவும். அரிசி, சாதம், உப்பு, சர்க்கரை இவற்றுடன் தேங்காய்ப் பால் சேர்த்து இட்லிக்கு அரைப்பது போல் அரைத்து 10-12 மணி நேரம் புளிக்க வைக்கவும். வார்ப்பதற்கு முன் இட்லிப் பானையில் தண்ணீரைக் கொதிக்க விடவும். ஒரு வட்டமான 9" பாத்திரத்தில் சதும்ப எண்ணெயைத் தடவவும். அதனைத் தண்ணீரில் வைத்து சூடு ஏற்றவும். மாவில் ஃப்ரூட் சாலட் சேர்த்து அதன் மேல் ஒரு ஸ்பூன் தண்ணீர் சேர்த்துக் கலந்து நன்றாக 20 நிமிடங்கள் வேகவிட்டு எடுக்கவும். ஆறியபிறகு துண்டு போடவும். காரச் சட்னியுடன் பரிமாறவும்.

ஷார்ட் பிரெட்

மைதா - 175 கிராம், அரிசி மாவு - 35 கிராம், நாட்டுச் சர்க்கரை - 70 கிராம், வெண்ணெய் - 140 கிராம்,

மாதம் ஒரு சமையல் கலை வல்லுநரின் நளபாகம், இந்த மாதம் சுவையான, வித்தியாசமான பதார்த்தங்களைத் தருபவர் சித்ரா விஸ்வநாதன்.



• பழ அமுது

பார்க்கலாமே!

• சித்ரா விஸ்வநாதன்



பொடித்த நாட்டுச் சர்க்கரை கொஞ்சம்.

பேக் செய்யும் பாத்திரத்தில் பட்டர் பேப்பரை நன்றாக அழுத்தி வைக்கவும். மைதாவைச் சலித்து, அதில், அரிசி மாவு, சர்க்கரை சேர்த்து வெண்ணெயைப் போட்டுக் கையால் பிசறவும். கையில் பிடிபடும் பதத்தில் பிசைந்து அதனைத் தயார் செய்துள்ள பாத்திரத்தில் பரத்தி விடவும். மேலே முள் கரண்டியால் குத்தி விடவும். ஓவனில் 325 டிகிரி ஃபாரன்ஹீட்டில் 1-1¼ மணி நேரம் மெதுவாக வேகவிடவும். பொன்னிறமாக வெந்ததும், அதன் மீது பொடித்த சர்க்கரையைத் தூவவும். மிதமான சூட்டில் துண்டுகள் போட்டு, ஆறியபின் பிரிக்கவும்.



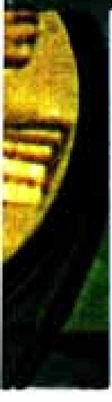
• ஷார்ட் பிரெட்



• சூடு இட்லி



• பஞ்சகல்யாணி வடை



பஞ்ச கல்யாணி வடை

அரிசி மாவு - 1 கப், நெய் - 1 டேபிள் ஸ்பூன், துவரம் பருப்பு, கடலைப் பருப்பு, பயத்தம் பருப்பு, உளுத்தம் பருப்பு, ஒவ்வொன்றும் ஒரு டேபிள் ஸ்பூன், விழுதாக அரைக்க - பச்சை மிளகாய் - 7, பெருங்காயம் - 1 டீஸ்பூன், உப்பு, பொரிக்க எண்ணெய்.

நெய்யைச் சூடாக்கி அரிசி மாவில் ஊற்றி, தண்ணீர் சேர்த்துக் கெட்டியாகப் பிசைந்து கொள்ளவும். நான்கு பருப்புகளையும் கழுவி 3 மணி நேரம் ஊறவைக்கவும். வடித்த பருப்புகளோடு பச்சை மிளகாய் விழுதையும் சேர்த்து நன்றாகக் கலந்து சிறு வடைகளாகத் தட்டிப் பொரிக்கவும். தக்காளி கெட்ச்-அப்புடன் சூடாகப் பரிமாறவும்.

தக்காளி பேரிச்சம்பழ பச்சடி

தக்காளி - 2, (தோல் உரித்துப் பொடியாக நறுக்கியது), பேரீச்சம் பழம் - 1/3 கப், கொட்டை நீக்கிப் பொடியாக நறுக்கியது, புளி பேஸ்ட் - 1 டீஸ்பூன்,

பச்சை மிளகாய் - கீறியது 2, தாளிக்க சிறிது எண்ணெய், கடுகு - ½ டீஸ்பூன், காய்ந்த மிளகாய் - 2, கறிவேப்பிலை, உப்பு, மஞ்சள் பொடி.

ஒரு வாணலியில் எண்ணெயை ஊற்றிக் கடுகு, மிளகாய் வற்றல், கறிவேப் பிலை தாளித்து நறுக்கிய தக்காளி, பச்சை மிளகாய் சேர்த்து நன்றாக வதக்கவும். பிறகு அதில் புளி பேஸ்ட் ½ கப் தண்ணீர், உப்பு, மஞ்சள் பொடி போட்டுக் கொதிக்க விடவும். அதில் பேரீச்சம் பழத்துண்டு களைப் போட்டு சிறிது நேரம் கொதிக்க விட்டு இறக்கவும்.

புழி அமுது

பால் - 1 லிட்டர், அரிசி (மெல்லிய வகை) - 3 டேபிள் ஸ்பூன், வெல்லம் - 1 கப், பழுத்த வாழைப்பழம் - 2.

பிரஷர் குக்கரில் பாலை ஊற்றிக் கொதிவரும்போது, அரிசியைக் கழுவி அதில் சேர்த்துக் கொதிக்க விடவும். மூடியைப் போட்டு வெயிட்டையும் போட்டு 'சிம்'மில் 20 நிமிடங்கள் வேகவிடவும். விசிலுக்குக் காத்திருக்க வேண்டாம். அதற்குள் வெல்லத்தை ½ கப் தண்ணீர் சேர்த்து 5 நிமிடங்கள் கொதிக்க வைத்து வடிகட்டவும். அரிசி வெந்ததும் அடுப்பை அணைத்து விட்டு அதில் வெல்லக் கரை சலை ஊற்றிக் கிளறவும். அதுவே கெட்டி யாகிக் கொண்டு விடும்.அதில் மசித்த வாழைப்பழத்தைப் போட்டு நன்றாகக் கலந்து பரிமாறவும். வேறு எந்த வாசனைப் பொருள்களும் தேவையில்லை.

காரட் பொரித்த குழம்பு

காரட் துண்டுகள் (½") - 2 கப், சின்னவெங்காயம் - 1 கப், பூண்டு - 10, 12, எண்ணெய் - 1 டேபிள் ஸ்பூன், வேக வைத்த பயத்தம் பருப்பு - ¼ கப், தேங்காய்த் துருவல் - 2 டேபிள் ஸ்பூன், உப்பு, மஞ்சள் பொடி.

வறுத்துப் பொடி செய்ய : ½ டீஸ்பூன் எண்ணெய், மிளகாய் வற்றல் 5-6, மிளகு - 1 டீஸ்பூன், துவரம் பருப்பு - 2 டீஸ்பூன், கடலைப் பருப்பு - 2 டீஸ்பூன், உளுத்தம் பருப்பு - 2 டீஸ்பூன், அரிசி - 1 டீஸ்பூன், தாளிக்க - கடுகு - ½ டீஸ்பூன், பெருங்கா யம் - ½ டீஸ்பூன், கறிவேப்பிலை.

இரண்டு கப் சுடுநீரில் தேங்காயை அரைத்துப் பால் எடுக்கவும். பிரஷர்பானில் எண்ணெயைச் சூடாக்கி வெங்காயம், பூண்டு, காரட் இவற்றை ஒன்றன் பின் ஒன்றாகப் போட்டு வதக்கவும். ஒரு கப் தண்ணீர் ஊற்றி மஞ்சள் பொடி போட்டு மூடி ஒரு விசில் வரும் வரை வேகவிடவும். தேங்காய்ப் பாலில் வறுத்த பொடியையும், வேகவைத்த பருப்பையும் சேர்த்து வைத் துக் கொள்ளவும். வேகவைத்த காரட் கல வையுடன் இதைச் சேர்த்து இன்னும் ஒரு விசில் வரும் வரை வேகவிடவும். இறக்கித் தாளிக்கவும். சாதத்துடன் சாப்பிட சுவையான பொரித்த குழம்பு!



உணவில் அடிக்கடி கொத்துமல்லி இலை துவையல், புதினா துவையல், கறிவேப்பிலை துவையல் செய்து சாப் பிட்டு வந்தால் ஜீரணத்திற்கும் நல்லது. வாய் நாற்றமும் போய்விடும்.-

- வி. பத்மாவதி.

உங்கள் புதிய இல்லத்தில் மகிழ்ச்சி வெள்ளம் பொங்கட்டும்!



ரமணீஸ்
ஸ்ருஷ்டி

திருச்சி ரோடு, (ஜெய்சாந்தி தியேட்டர் எதிர்புறம்),
சிங்காநல்லூர். கோயமுத்தூர் - 641 005.

1045 Sq. ft. முதல் 1550 Sq. ft. வரை உள்ள 2 மற்றும் 3 பெட்ரூம் பிளாட்டுகள் கொண்ட அடுக்குமாடி குடியிருப்புகள்

நாங்கள் கட்டும் ஒவ்வொரு கட்டிடமும் எங்களது வாடிக்கையாளர்களின் தேவைக்கேற்றவண்ணம் கட்டப்படுகின்றன. ஒவ்வொரு சிறு விஷயத்திலும் நாங்கள் காட்டும் அக்கறையின் விளைவு, இன்று எங்களுக்கு 1000க்கும் மேற்பட்ட வாடிக்கையாளர்களின் நல்லாதரவு.

ரம்யமான சூழல், தேவைக்கேற்ற வசதிகள், உங்களுக்கு ஏற்ற விலை. இன்றே சரியான முடிவெடுப்பீர்!

SALIENT FEATURES

- Vitrified and Rectified Tiles
- Modular switches
- Lift
- Generator
- Intercom
- Covered Car Park
- Landscaped Garden
- Within Corporation limit

RS

Ramani Realtors Pvt Limited

Ramani's Regency, 1680, Trichy Road, Coimbatore - 641 045.
Ph : 0422-2314922, 2317572 Mobile : 98422 20016, 20017
Fax : 0422-2314480 website : www.ramanirealtors.com
e-mail : rrpltd@touchtelindia.net

உ

சர்வம் கிருஷ்ணார்ப்பணம்

GMC



பொருத்தமான வாழ்க்கைத்துணையை தேடுகிறீர்களா ?

அலுவலக நேரத்தில் மட்டும்

உங்களுக்காகவே...

பத்து ஆண்டு காலமாக வெற்றி நடை போடும்,

கீதம் மேரேஜ் மேட்சிங் சென்ட்டர்

(முதலியார், வேளாளர் (உட்பிரிவுகள் உட்பட) சமூகத்தினர்

நிர்வாகி : கீதா தெய்வசிகாமணி எழுத்தாளர்

23, அபிநவ் பேலஸ்,
ஜெத் நகர் முதல் மெயின் ரோடு,
மந்தவெளி, சென்னை-600 028.

போன் : 24933886

நேரம் : காலை 10 மணி - மாலை 5 மணி

ஞாயிறு விடுமுறை

வெளி நாட்டு வரன்கள் நிறைய உண்டு ★ மறுமணம் வேண்டுவோரும் அணுகலாம்



சுப - யாத்ரா ®



43, தெற்கு மாடவீதி, (சித்திர குளம் எதிரில்) மைலாப்பூர், சென்னை - 4.
Ph. 2495 0218, 2495 2319.

ஷீரடி சாய் பாபா தரிசனம் ஷீரடி, சனி சிங்கனாபூர், மஹா கணபதி	22-02-06	15-03-06	19-04-06	(4 நாட்கள்)	ரூ. 1800/-
ஷீரடி - பண்டரிபுரம் ஷீரடி, சனி சிங்கனாபூர், பண்டரிபுரம், துல்ஜாபூர்	22-02-06	19-04-06		(5 நாட்கள்)	ரூ. 2500/-
ஸ்ரீ ராகவேந்திர ஸ்வாமி தரிசனம் மந்த்ராலயம், நவபிருந்தாவனம், பஞ்சமுகி ஆஞ்சநேயர்		23-02-06	30-03-06	(3 நாட்கள்)	ரூ. 1700/-
காசி - கயா யாத்திரை அலஹாபாத், காசி, அயோத்யா, சாரநாத், கயா		27-03-06		(10 நாட்கள்)	ரூ. 4800/-
பத்ரிநாத் - கேதார்நாத் அலஹாபாத், அயோத்யா, காசி, கயா		05-05-06		(12 நாட்கள்)	ரூ. 6000/-
குலு - மணாலி - டெல்லி ஆக்ரா, சண்டிகர், அமர்தசரஸ், மணாலி, டெல்லி	21-04-06	19-05-06	02-06-06	(12 நாட்கள்)	ரூ. 7200/-
வைஷ்ணவி தேவி - காஷ்மீர் ஆக்ரா, கட்ரா, ஸ்ரீ நகர், டில்லி		05-05-06		(12 நாட்கள்)	ரூ. 7200/-

நெருப்பைப் பற்றிய விஷயங்கள் சில...

எல்லாவிதமான நெருப்புகளையும் தண்ணீரைக் கொண்டு அணைத்து விடலாம் என்று பலர் நினைத்துக் கொண்டிருக்கிறார்கள். இது முழுக்க முழுக்கத் தவறான கருத்தாகும். தீயை அணைக்க பலவிதமான கருவிகள் உள்ளன.

கார்பைடு குடோன்களில் தீப்பிடித்துக் கொண்டால் தண்ணீரை உபயோகித்து அந்தத் தீயை அணைக்கக் கூடாது. ஏனெனில் கார்பைடும் தண்ணீரும் இணைந்தால் தீப்பற்றி எரியக்கூடிய அசிடிலீன் என்னும் வாயு உண்டாகும். இது தீயை மேலும் தீவிரப்படுத்தும். ஆகையால் கார்பைடு குடோன்களில் தீப்பிடித்துக் கொண்டால் அந்தத் தீயை அணைக்க மணலைப் பயன்படுத்த வேண்டும்.

மின்சாரக் கசிவு ஏற்பட்டு அதன் மூலம் தீ உண்டானால் தண்ணீரைப் பயன்படுத்தக் கூடாது. மின்சாரமும், தண்ணீரும் இணைந்தால் அது பெரும் விபத்தை உண்டாக்கி நமது உயிரைப் போக்கி விடும். ஏனெனில் தண்ணீரில் மின்சாரம் பாயும் சக்தி உள்ளது. எனவே, மின்சாரம் மூலம் ஏற்படும் தீயை அணைக்க கார்பன் டெட்ரா குளோரைடு நிரப்பப்பட்ட தீயணைப்புக் கருவியை பயன்படுத்த வேண்டும். இந்த கார்பன் டெட்ரா குளோரைடை தீப்பற்றிய இடங்களில் தீயணைப்புக் கருவி மூலம் வேகமாக தெளித்துதான் இத் தீயை அணைக்க வேண்டும்.

எண்ணெயினால் உண்டாகும் தீயை அணைக்க ஃபோம் நிரப்பப்பட்ட தீயணைப்புக் கருவியைப் பயன்படுத்த வேண்டும். எண்ணெய் மூலம் தீப்பற்றிய இடங்களில் தீயணைப்புக் கருவி மூலம் நுரையை வேகமாக தெளித்து இத்தகைய தீயை அணைக்க வேண்டும்.

பிராண வாயு அதாவது ஆக்ஸிஜன் வைக்கப்பட்டுள்ள இடங்களில் கசிவினால் ஏற்படும் தீயை அணைக்க தணணீரை உபயோகிக்க வேண்டும். மற்றபடி சாதாரண தீயை அணைக்க தண்ணீரை உபயோகிக்க வேண்டும்.

- ப. கோமதி







மூட்டு வலியா! கவலை வேண்டாம்

மூட்டு வலி வராமல் தடுக்க பின்பற்ற வேண்டிய எளிய இயற்கை மருத்துவம்

பத்தியம் கிடையாது. பக்க விளைவு கிடையாது

மூட்டு வலி என்பது மூட்டுக்களில் ஏற்படும் பாதிப்பை குறிக்கின்றது. இதனை கீழ்வாயு என்றும் அழைப்பார்கள் வாதம், பித்தம், கபம் போன்றவைகளை கூடுவதாலும், குறைவதாலும் இந்நோய் உண்டாகிறது.

மூட்டு வலி பல வகைப்படும். அவைகள் :

வாதமூட்டு வலி : வாயுப் பொருட்களை அதிகம் உண்பதால் உண்டாகிறது. வாயுப் பொருட்கள், பயிறு வகைகள், பருப்பு வகைகள், கிழங்கு வகைகள் முதலியன. **பித்த மூட்டு வலி :** பித்தத்தை அதிகப்படுத்தும் உணவுப் பொருட்களை அதிகம் உண்பதால் உண்டாகிறது. டீ, காபி, மது, காரமான உணவு வகைகள் முதலியன. **கப மூட்டு வலி :** கபகுற்றம் மிகுதியான உணவுப் பொருட்கள் அதிகம் உண்பதால் கப மூட்டு வலி உண்டாகிறது. இனிப்பு பண்டங்கள், தயிர், இறைச்சி, நெய், எண்ணெய் பண்டங்கள் முதலியன. **இதய கீழ் வாயு :** இதயத்தை நோய் கிருமிகள் தாக்குவதால் இதய மூட்டு வலி உண்டாகிறது. இதனால் ஜுரம், முழங்கால் மூட்டுகளில் வீக்கம், வலி, சூடு போன்றன தோன்றும், சோதனை செய்து பார்க்கும்போது இதயத்தில் பாதிப்பு ஏற்பட்டிருக்கும். **மேக கீழ் வாயு :** விலை மாதர் உறவால் நோய் கிருமிகள் உடலில் பரவி மூட்டுக்களில் பாதிக்கின்றது. இதனால் மூட்டுக்களில் சீழ் பிடித்தல், வீக்கம், வலி, குத்தல், குடைச்சல் போன்றன இருக்கும்.

மூட்டு வலியின் அறிகுறிகள் : மூட்டுக்களில் வலி, குத்தல், குடைச்சல், வீக்கம், நடக்க இயலாமை, சுரம் போன்றவை காணப்படும். மேலும் எலும்பு தேய்மானம், சீழ்பிடித்தல் போன்றனவும் உண்டாகும்.

ஒவ்வொரு மாதமும்

தேதி	ஊர்
2	வேலூர்
2	காஞ்சிபுரம்
4	கடலூர்
4	விழுப்புரம்
4	திருவண்ணாமலை
7,8	மும்பை
9	பெங்களூர்
12	சேலம்
12	ஈரோடு
12	திருப்பூர்
13	கோவை
13	உடுமலைபேட்டை
14	மதுரை
14	திருநெல்வேலி
15	விருதுநகர்
16	திருச்சி
16	கரூர்
20,21	புது டெல்லி

குறிப்பு : கை கால் வலி, கழுத்து வலி, முதுகு வலி, இடுப்பு வலி, முழங்கால் வலி, பக்க வாதம், குதிகால் வலி, பாத எரிச்சல் உள்ளவர்களும், பொதுவான உடல், மனம் ஆரோக்கியத்திற்கும் பிசியோதெரபி மசாஜ், எலெக்ட்ரிக்கல் ஸ்டிமுலேஷன் கீழ்கண்ட முகவரியிலும், தங்கள் இருப்பிடத்திலும் செய்யப்படும்.

Dr. M.குருபரன் & Dr. M.சபாபதி S/o Dr. M.மாணிக்கவாசகம்

CKM தெய்வீக மூலிகை மையம்

தலைமை முகவரி : PB No.30, 1, திருநாத முதலி நகர் (காலேஜ் எதிரில்),
திருப்பத்தூர், வேலூர்-635 601
✆ 04179-222769 செல் : 94441 61670, 94444 07638

சென்னை கிளை : 115, புரசைவாக்கம் நெடுஞ்சாலை, (பிரின்ஸ் மேனர் பக்கத்தில்) கெல்லீஸ், சென்னை - 600 010.
✆ 044-26424285, 26427638, செல் : 94440 01447

மேலே உள்ள முகவரிகளில் தினமும் ஆலோசனை நேரம்
காலை 10.00 முதல் 1.00 மணி வரை மாலை 5.00 முதல் 7.00 மணி வரை

சர்க்கரை நோயின் அறிகுறிகள்!

பெயரில்தான் இனிப்பே தவிர, சர்க்கரை நோய் பற்றிய உண்மைகளும் அனுபவங்களும் கசப்பானவையாகத்தான் உள்ளன. சமீபத்தில் மேற்கொள்ளப்பட்ட ஆராய்ச்சி முடிவுகளின்படி, இந்தியர்களைச் சர்க்கரை நோய் அதிகம் தாக்குகிறது என்று அறியவந்துள்ளோம்.

இந்தியாவில் ஏறத்தாழ 3 கோடி முதல் 3½ கோடி மக்கள் இந் நோயால் அவதிப்படுவதாகவும், வருங்காலத்தில் மேலும் 3½ கோடி மக்களை இந்நோய் தாக்கும் வாய்ப்பு உள்ளது என்றும், நகரங்களில் வசிப்போர்; கிராமங்களில் வசிப்போரை விட அதிகமாக இந் நோயால் பாதிக்கப்படுகின்றனர் என்பதும் ஆராய்ச்சிகள் மூலம் சொல்லப்பட்டிருக்கும் உண்மைகளாகும். உலக சுகாதார அமைப்பும் 2025 வாக்கில் இந்தியாவில் சர்க்கரை நோயாளிகளின் எண்ணிக்கை 5 முதல் 5½ கோடியாக இருக்கலாம் என்று கூறுகிறது. ஆகவே, இந்தியர்களாகிய நமக்கு, இந்நோய் பற்றிய விழிப்புணர்ச்சி அதிகமாகவே தேவைப்படுகிறது அல்லவா!



சர்க்கரை நோயின் வகைகளையும், அறிகுறிகளையும் ஒவ்வொருவரும் அறிந்திருத்தல் அவசியம். சர்க்கரை நோயில் டைப் 1, டைப் 2 என்று இருவகை உள்ளன.

டைப் 1 வகையில் காணப்படும் அறிகுறிகள் :

எவ்வளவு தண்ணீர் குடித்தாலும் தீராத தாகம், அடிக்கடி சிறுநீர் கழித்தல், அதிகப் பசி, அதிகம் சாப்பிட்டாலும் எடை குறைதல், எப்போதும் களைப்பும் சோர்வும் தலைச்சுற்றல், சில நேரங்களில் நினைவு இழத்தல்.

இந்த வகை சர்க்கரை நோய் 15 வயதிற்கு உட்பட்ட குழந்தைகளையே

அதிகம் தாக்குவதால், மேலே உள்ள அறிகுறிகளில் ஏதேனும் 2 அல்லது 3 தங்கள் குழந்தைகளிடம் காணப்பட்டால், அன்னையர் உடனே, காலம் கடத்தாமல் மருத்துவரிடம் குழந்தையை அழைத்துச் செல்ல வேண்டும். மருத்துவர் உடனே குழந்தைக்கு இன்சுலின் செலுத்துவார். இதைச் செய்யத் தவறினால் குழந்தை கோமா என்ற நிலைக்குத் தள்ளப்படலாம். அதன் பிறகு சிகிச்சை முறைகள் கடுமையாகலாம். ஆகவே, இன்சுலின் ஊசி ஒன்றுதான் டைப் 1 சர்க்கரை நோய்க்குத் தீர்வு.

டைப் 2 வகையில் காணப்படும் அறிகுறிகள் :

இவ்வகை சர்க்கரை நோய்க்கு, டைப் 1 அறிகுறிகளே மிதமாக இருக்கும். அறிகுறிகள் மிதமாக இருப்பதாலேயே, இதனை அலட்சியமாக விட்டு விடக்கூடிய போக்கும் மக்களிடையே காணப்படுகின்றது. மேலும் ஆறாத ரணங்கள், ஆறாத தோல் தொற்று, அந்தரங்க உறுப்புகளில் காளான் தொற்று, பாதங்களில் உணர்ச்சியற்ற தன்மை, எரிச்சல் உணர்ச்சி ஆகியனவும் டைப் 2 டையாபடீசின் அறிகுறிகளாகும்.

மேலும் அதிக உடற்பருமன், உயர் ரத்த அழுத்தம், கொலஸ்ட்ரால், பெற்றோர்க்கு சர்க்கரை நோய் இருத்தல் போன்ற காரணங்களும் இரத்தத்தில் சர்க்கரையை அதிகரிக்கச் செய்யக்கூடும்.

ஏறத்தாழ 80% மக்கள் இந்நோயினை ஆரம்ப நிலையில் அறிவதில்லை. வேறு ஏதாவது ஒரு நோய்க்குச் சிகிச்சை பெறும்போதோ அல்லது அறுவை சிகிச்சை தேவைப்படும்பொழுதோதான், சர்க்கரை நோய் இருப்பது கண்டறியப்படுகிறது. இதயம், கண்கள், கிட்னி போன்ற முக்கிய பகுதிகளைத் தாக்கி, அமைதியாக அழித்து விடும் இந்தச் சர்க்கரை நோய் என்பதனை உணர்ந்து, 35 வயதைக் கடந்தவர்கள், வருடத்திற்கு ஒருமுறை கண்டிப்பாக பரிசோதனை செய்து கொள்ள வேண்டும்.



நம் உற்றார், உறவினர் வீட்டிற்குச் செல்லும் போது சாதாரணமாக வெறும் கையுடன் செல்ல மாட்டோம். ஏதாவது பழங்களோ, குழந்தைகள் இருந்தால் பிஸ்கட்டோ வாங்கிச் செல்வோம். சிலர் குழந்தைகளுக்கு மிட்டாய், பிஸ்கெட் கொடுப்பதில் கண்டிப்பாக இருப்பார்கள். சில பழ வகைகள் குழந்தைகளுக்கோ பெரியவர்களுக்கோ ஒவ்வாததாயிருக்கும். அதனால், பஜகோவிந்தம், விஷ்ணு சஹஸ்ரநாமம், குட்டிக் கதைகள், ரைம்ஸ் போன்ற ஒலிநாடாக்களைக் கொடுக்கலாமே!

- பாகீரதி ராமஸ்வாமி.

உணவின் சுவைக்கு என்றென்றும்



PC

பெருங்காயம்



இல்லத்தரசிகள் விரும்பி வாங்குவது

P.C.பெருங்காயம்

வெங்கலக் கடைத் தெரு, மதுரை-1. ☎ 2624331

ஸ்ரீரங்கம், திருச்சி மற்றும் மதுரை ஆகிய நகரங்களின் மையப் பகுதிகளில் இது வரை 1200 அடுக்குமாடி வீடுகளை வழங்கிய

விக்னேஷ் பிளாட்ஸ் ஹவுசிங் புரோமோட்டர்ஸ்



இப்போது ஸ்ரீரங்கத்தில் ஒரே இடத்தில்

- தனி வீடுகள் • இரட்டை வீடுகள் • அடுக்குமாடி வீடுகள்

<u>சிறப்பம்சங்கள்</u>

- தரமான கட்டுமானம் • அங்கீகரிக்கப்பட்ட வரைபடம் • லிப்ட்
- 1,2 மற்றும் 3 படுக்கை அறை வசதி • பாதுகாப்பான கார் மற்றும் இரண்டு சக்கர வாகனம் நிறுத்துமிடம் • குறித்த காலத்தில் வீடுகள் ஒப்படைப்பு • குழந்தைகள் விளையாடுமிடம்
- கார்டன் வசதி மற்றும் பல்வேறு சிறப்பு வசதிகளுடன் ...



விக்னேஷ் ஆராதனா

வீடுகள் மற்றும் கடைகள்

சாஸ்திரி ரோடு, திருச்சி – 17

VFHP

விக்னேஷ் பிளாட்ஸ் ஹவுசிங் புரோமோட்டர்ஸ்

விக்னேஷ் எம்பயர்,	விக்னேஷ் பாரடைஸ்,
சாலை ரோடு, திருச்சி – 3	மேலூர் ரோடு, ஸ்ரீரங்கம், திருச்சி
Ph : 0431-2760477, 2767602.	Ph : 0431-2433677.

Office open on Sundays

Cell : 98430 56077, 94431 57077. Visit us at www.vigneshflats.com

Flora™ ஆயுர்வேத பாதுகாப்பு

உச்சி முதல் உள்ளங்கால் வரை



ஹெர்பல் ஹேர்டானிக்   ஆர்ட்டிஸ் ஆயில்

கூந்தல் பராமரிப்புக்கு

Flora Herbal Hair Tonic

முடிகொட்டுதல் இளநரை பொடுகு தலைஅரிப்பு
முடி உடைதல் முடி மெலிவு போஷாக்கின்மை
அடர்த்தியின்மை ரோமக் கால் பலஹீனம்
நிவாரணம் பெற

மூட்டு வலிக்கு

Flora™ Artis Oil

ஆர்த்ரைடிஸ் குதிங்கால்வலி மூட்டுவலி
கழுத்துவலி முழங்கால்வலி எலும்பு தேய்வு வலி
முதுகுவலி வாத மூட்டு வலி இடுப்புவலி
நிவாரணம் பெற

சாய் ஆசிர்வாத் ஆயுர்வேதா கிளினிக்,
31 தேவநாதன் தெரு, மந்தைவெளி, சென்னை - 28
முன் பதிவிற்கு : 24616403, 24617019, 9840966144

Visit www.saiashirwada.com

இந்தியாவெங்கும் தபால் மூலம் பெறலாம்

மெஜஸ்டிக் டூர்   பஞ்ச துவாரகா யாத்ரா

Somnath   Dwaraka

2006 Gujarat Tourism Year

GUJARAT TOURISM

GUJARAT TOURISM

(A Govt. of Gujarat Undertaking)

Tourism Complex, Wallajah Road, Chennai - 600 002.

Tel No. 25366613   Res : 24794159   E-mail : gujarattourism@vsnl.net

பஞ்சதுவாரகா யாத்ரா (14 நாட்கள்)

சென்னையிலிருந்து புறப்படும் நாட்கள் : 27.2.06, 22.3.06

பார்க்கும் இடங்கள் : தாகோர், துவாரகா, பெய்ட் துவாரகா, கங்கரோலி, நாத் துவாரகா (அனைத்து துவாரகை), சோம்நாத் ஜோதிர்லிங்கம், உதய்ப்பூர், புஷ்கர், மவுண்ட் அபு, அம்பாஜி மற்றும் அகமதாபாத்.

கட்டணம் : நபர் ஒருவருக்கு ரூ.10,500/- (ஏசி பஸ், தங்கும் வசதி, உணவு, II Sleeper Train Fare) (சென்னை - பரோடா, அகமதாபாத் - சென்னை நவஜீவன் எக்ஸ்பிரஸ் ரயில் மூலம் இரண்டாம் வகுப்பு தூங்கும் வசதியுடன், சொகுசு பேருந்து, டீலக்ஸ் டபுள் ரூம் (இரண்டு நபருக்கு), தென்னிந்திய சைவ உணவு, கைடு சர்வீஸ், நுழைவு கட்டணம் ஆகியவை இதில் அடங்கும்.

மெஜஸ்டிக் டூர் :

6 நாட்கள்	: அகமதாபாத்தில் இருந்து புறப்படும்.
பார்க்கும் இடங்கள்	: காந்தி நகர், அகமதாபாத், துவாரகா, கோண்டல், சீர்வனம், சோம்நாத், மாதவ்பூர்
கட்டணம்	: ரூ.3,800/- (Non A/c பஸ், Non A/c தங்கும் வசதி மற்றும் உணவு)
புறப்படும் நாள்	: பிரதிவாரம் திங்கட்கிழமை காலை 6 மணி

இதர விவரங்களுக்கு Deputy Manager (Marketing)-ஐ மேலே குறிப்பிட்டுள்ள முகவரியில் தொடர்பு கொள்ளவும்.

Amar Tours, Salem : Ph.2416647 or Cell : 9842713222 ★ Sree Sudha Travels, Bangalore : Ph.26529289, 94481 19290 ★ Siva Gowri Travels, Tirupur : 5325800, 9443380150 ★ Travel Times, Chennai : Ph. 28461579, 31150567, 28461213

கர்ப்பிணிகளுக்கு வரும் சர்க்கரை நோயை வெறும் அறிகுறிகளை வைத்துக் கண்டறிவது கடினம். சில சமயங்களில் அரிப்பாலோ, சிறுநீர் கழிக்கையில் வலியோ, எரிச்சலோ இருப்பதாலோ, இந்த வகையான சர்க்கரை நோய் என்று கண்டறியலாம். ஆகவேதான் கர்ப்பிணிகளுக்கு 3 மாதங்களுக்கொருமுறை குழந்தை பிறக்கும் வரை சர்க்கரை நோய்க்கான பரிசோதனைகளை மேற்கொள்ள வேண்டும்.

ஏற்கெனவே சர்க்கரை நோயுள்ள பெண்கள்; திட்டமிட்டு சர்க்கரையின் அளவைக் கட்டுப்படுத்திய பின்னரே கருவுறுதல் வேண்டும். இதனால் குறையுள்ள குழந்தை பிறப்பது தடுக்கப்படும். கர்ப்பிணிகள் தங்கள் சர்க்கரையின் அளவை, அடிக்கடி பரிசோதித்து, கட்டுக்குள் கொண்டு வராவிடில், 4 கிலோ கிராம் நிறையுள்ள பெரிய குழந்தைகள் பிறப்பதற்கும், அக் குழந்தைகளுக்கும் பிற்காலத்தில் சர்க்கரை நோய் ஏற்படவும் வழிவகுத்தவர்களாவோம்.

சர்க்கரை நோய் ஒரு குறைபாடே தவிர கிருமிகளால் ஏற்படும் ஒரு வியாதி அல்ல. ஒரு தடவை இரத்தத்தில் அதிக சர்க்கரை காணப்பட்டால், உணவுக் கட்டுப்பாடு, தேகப் பயிற்சி, மருந்து இவற்றால் சர்க்கரையின் அளவை கட்டுப்பாட்டில் வைத்திருக்க முடியும்; எப்போதும் போல் இயல்பான வாழ்க்கையை நடத்த முடியும். சர்க்கரையின் அளவைக் கட்டுப்பாட்டில் வைத்திருப்பவர்கள் நீண்ட காலம் வாழவும் முடியும்.

நன்றி : **தி ஹிந்து**

தகவல் : **எம். சகுந்தலா**

உங்கள் பட்டுப் புடவை

என்றும் புதுப் பொலிவுடன்

பழசெல்லாம் புதுசாகும்
புதுசெல்லாம் மேலும் மெருகேறும்

பட்டுப்புடவைகள் நிறம் மங்கி விட்டதா? கறைகள் படிந்து விட்டதா?

கவலை வேண்டாம்

நிறம் மங்கிய, கறைகள் படிந்த பழைய பட்டுப் புடவைகள், காட்டன் நைலான் புடவைகள் மற்றும் ஜீன்ஸ், கர்ட்டன்ஸ் ஆகியவற்றை சிறந்த தரத்துடன் சாயம் தோய்த்து புத்தம் புது பொலிவுடன் புதியவைகளாக மாற்றித் தருகிறோம்.

- ✦ டையிங் ✦ ப்ளாக் பிரிண்டிங்
- ✦ ஹேண்ட் எம்பிராய்டரி ✦ ஸ்டிச்சிங்
- ✦ ஸ்பெஷல் ட்ரை கிளீனிங் & ஸ்டீம் பிரஸ்ஸிங்
- ✦ ஜரி பாலிஷிங் ✦ டார்னிங்

ஜர்தோஷி குந்தன் ஸ்டோன்ஸ்
ஸ்பெஷல் ஒர்க்ஸ்

சுடிதார், ப்ளவுஸ் ஒரே நாளில்
தைத்துக் கொடுக்கப்படும்.

ஸ்ரீ ராம்லோக் & கோ

73, ரங்கநாதன் தெரு, (அம்பிகா அப்பளம் பின்புறம்) தி.நகர், சென்னை - 600 017.
போன் : 24345697, 24353063

Branch :

- ✦ 2, Co-operative Colony, Alwarpet, Chamiers Road, (Next to Park Sheraton), Chennai - 18 Ph : 5211 1541
- ✦ 138-3, Geethanjali Colony, 17th Main Road, (100 Feet Ring Rd) Anna Nagar West, Chennai - 40. (Opp. to Yes Yes Royal Mahal) Ph : 26161500

சிறுகதை



"சிரமமா? இது ஒரு சிரமமா? எத்தனை நல்ல மனுஷி இவர்! இதுவரை என்னிடம் குரலை உயர்த்திப் பேசாதவர். கடிந்து ஒரு சொல் சொன்னதில்லை. சமயத்தில் என் சிடுசிடுப்பைக் கூட தாங்கிக் கொண்டவர் மகளைப் போல் என்னை நேசிக்கும் ஜீவன். இப்படிப்பட்ட அத்தைக்கு சின்ன சின்ன உதவியைச் செய்வது ஒரு சிரமமா?"

லில்லி ராமதுரை

"வசந்தி... என்ன பண்றே... ஒரு மணி நேரமா கிச்சன்ல, வந்திருக் கறவங்ககிட்ட நாலு வார்த்தை கூட உட்கார்ந்து பேச நேரமில்லாம. உன் மருமக எங்கே?"

"உஷ்....ஷ்... கொஞ்சம் மெதுவா பேசுங்களேன். மத்தவங்க காதில விழுந்துடப் போகுது. ஆர்த்தி ஆபீஸ்லேர்ந்து வந்ததுமே தலைவலின்னு சொன்னா... மாடியில படுத்திருக்கா..."

"தெரியாமத்தான் கேக்கறேன்.... அதென்ன சொல்லி வச்ச மாதிரி வீட்டுக்கு விருந்தாளிங்க யாராச்சும் வந்தா, இல்லே வேலை கொஞ்சம் அதிகமா இருந்தா அவளுக்குத் தப்பாம



தலைவலி வந்திருமோ?"

"நீங்க எதுக்கு டென்ஷனாகறீங்க... என்ன ஆச்சு இப்ப? நாம கொஞ்சம் பொறுத்துப் போனா வீடு நிம்மதியா இருக்கும். எல்லாம் நா பாத்துக்கறேன். நீங்க அவங்களோட பேசிக்கிட்டிருங்க... ஒரு பத்து நிமிஷம்தான். சமையல் முடிச்சிட்டு வந்திடறேன்."

"உன் பையனுக்குப் புத்தி எங்கே போச்சு? போய் அம்மாவுக்கு ஏதாவது உதவி செய்னு ஆர்த்தியை அனுப்பி வைக்கத் தோணாதா? உனக்கு வயசாகலையா? இதெல்லாம் ஒண்ணும் சரியில்ல. எப்பவும் இப்படியே விட்டுக் கொடுத்திட்டே இருந்தா ஒருநாள் அவ உன்னோட தலையில ஏறி உட்காரத்தான் போறா... நீ வேணா பாரு..." என்று முணுமுணுத்தவாறே மோகன் அங்கிருந்து நகர்ந்தார்.

'அப்பாடா' என்றிருந்தது வசந்திக்கு.

சுறுசுறுப்பான பொறுப்பான கணவர். எல்லாம் அதனதன் ஒழுங்குபடி நடக்க வேண்டும் என்பதில் கண்டிப்பானவர். யாருக்கும் பாசத்தில் கவனிப்பில் குறைவைக்காதவர்தான்.

ஆனால் முன்கோபியாயிற்றே!

பிள்ளைகளையும், மருமகளையும் கூடச் சமாளித்து விடலாம். இவரைச் சமாளிப்பதும், சமாதானப்படுத்துவதும்தான் பெரும்பாடு. இந்த மனுஷனைப் போல் நானும் ஆத்திரப்பட்டால் வீடு, வீடாவா இருக்கும்?

அவசர அவசரமாகச் சமையலை முடித்து விருந்தினரை உபசரித்து அனுப்பி வைத்தாள்.

வந்தவர்கள் புறப்பட்டுச் சென்றபின் மாடியிலிருந்து ஆர்த்தி மெதுவாகக் கீழே இறங்கி வந்தாள்.

"தலைவலி எப்படிம்மா இருக்கு? மாத்திரை ஏதாவது எடுத்துக்கிட்டியா?"

"இப்ப பரவாயில்லை அத்தே..." என்றவள் சிங்கில் இருந்த பாத்திரங்களைக் கழுவ முற்பட்டாள்.

"அதெல்லாம் நான் கழுவிடறேன் ஆர்த்தி.

விட்டுக் கொடுத்தால்...

நீ ஏதாவது சாப்பிட்டு சீக்கிரமா படுத்துத் தூங்கு. தலைவலியோட கஷ்டப்படாதே" என்றாள் வசந்தி.

'தப்பு... தப்பு பண்ணிட்டியே ஆர்த்தி. இந்த நல்ல மனசை ஏமாத்திட்டியே. தலைவலின்னு பொய் சொல்லி, உன்னோட அம்மாவா இருந்தா இப்படி நடந்துக்க உனக்கு மனசு வருமா? விருந்தினர் வந்தா கூடமாட உதவி செய்யாம தலைவலின்னு பொய் சொல்லி படுத்துக் கொள்ள மனசு ஒப்புமா?

ஒன்றரை வயசுக் குழந்தையை விட்டு விட்டு காலையில் ஆபீஸுக்குக் கிளம்பிப் போய் சாயந்திரம் வரே. அதுவரை உன் குழந்தையைக் கண்ணுக்குள் வைத்து பராமரிக்கும் அத்தையை ஏமாத்திட்டே... குழந்தையைக் குளிப்பாட்டி, சோறு ஊட்டி தூங்க வைத்து, விளையாட்டு காட்டி, அவன் சேஷ்டைகள் அத்தனையும் சமாளித்து, கூடவே வீட்டு வேலை ஒன்று விடாமல் செய்யும் ஜீவனிடம் நாடகமாடிட்டே அத்தையிடம் அற்பமாக நடந்து கொண்டது தப்பு... பெரிய தப்பு" என்று இடித்துச் சொன்ன மனசாட்சியிடம் ரகசியமாக மன்னிப்புக் கேட்டாள் ஆர்த்தி.

அன்று ஆர்த்திக்கு அலுவலகத்தில் வேலை மிகவும் அதிகமாய் இருந்தது. களைப்போடு பஸ் நிலையத்தை அடைந்தாள். பஸ் தவற விட்டதால் மேலும் அரை மணி நேரம் காத்திருக்க வேண்டியிருந்தது. இடுப்பும் கால்களும் கடுகடுந்து வலித்தன. பஸ் பிடித்து வீடு வந்து சேருவதற்குள் இருட்டி விட்டது. உள்ளே போனதும் படுக்கையில் விழ வேண்டும் என்ற ஆயாசத்தோடு அலுத்து, களைந்து உள்ளே வர...

அவள் படுக்கையில் ப்ரியா களைந்து போட்ட அழுக்கு உடைகள் ஒருபுறம், மற்றொருபுறம் குளிக்கப் பயன்படுத்திய ஈரத்துண்டு. அதிலிருந்த ஈரம் படுக்கையை நனைத்திருந்தது.

சே... சே.. ஆர்த்தியால் தன்னைக் கட்டுப்படுத்திக் கொள்ள முடியவில்லை. வெளியே வந்தாள்.

"நான் சொல்றேன்னு தப்பா நெனைக்காதீங்க அத்தே... நீங்களாவது எடுத்துச் சொல்லக் கூடாதா ப்ரியாவுக்கு, நாங்க இல்லாத நேரம் முழுக்க இவதான் எங்க ரூமை உபயோகப்படுத்தறா. எங்க ரூமுக்குப் போறது சரி - கண்டதையும் கண்ட இடத்தில் இறைக்கணுமா? இவ எதுக்காக எங்க அறைக்குப் போகணும்? பேசாம ரூமைப் பூட்டிட்டுப் போறதுதான் நல்லதுன்னு தோணுது!" படபடத்து பொரிந்தாள் ஆர்த்தி.

"சரிம்மா... கோபப்படாதே... நா ப்ரியா கிட்ட சொல்லி வைக்கறேன். பெரிசு பண்ணாதே. உன்னோட தம்பி, தங்கச்சின்னா பொறுத்துக்க மாட்டியா? அந்த மாதிரி நெனைச்சுக்கம்மா'' என்றாள் வசந்தி வெகு இயல்பாகக் குரலை உயர்த்தாமல்.



சைன் போடும் 'முன்' ஜாக்கிரதை!

நிலப் பத்திரம் மற்றும் வங்கி காசோலை போன்ற முக்கிய ஆவணங்களில் கையெழுத்திடும் முன் பால் பாயிண்ட் பேனாவின் ரீபில் தீரும் நிலையிலிருப்பின் கண்டிப்பாகத் தவிர்க்கவும். புதியதை உபயோகிக்கவும்.

- எஸ். வைஷ்ணவி

பாதம் பட்டுப் போல் மாறிடும்



சைபால்

BEST SKIN OINTMENT

பித்தவெடிப்பு, சேற்றுப்புண்ணின் மேல் சைபால் தடவுங்கள், சில நாட்களில் பாதம் பட்டுப்போல் மாறிவிடும்.

60

வெட்டுக்காயம், முகப்பரு, சேத்துப்புண், வேனல்கட்டி, பித்தவெடிப்பு முதலிய வியாதிகளுக்கு சிறந்தது.

Mfrs.
THE SOUTH INDIAN MFG. CO.,
MADURAI - 20. Ph: 2534108

சைபால்: எல்லோர் வீட்டிலும் இருக்கவேண்டிய ஒன்று

கேஸ் விலை அதிகரிப்பு ! கேஸ் புதிய பதிவு பிரச்சனை !! கேஸ் தட்டுப்பாடு !!!

இனி கவலை வேண்டாம். கைனடைசர் பயன்படுத்தி சமையல் செலவை மிச்சப்படுத்துங்கள்.

1. சமையல் தவிர ரூம் ஹீட்டராகவும், மில்க் குக்கர் முறையில் பால் காய்ச்சும் அடுப்பாகவும் பயன்படுத்தக் கூடிய எளிய வகையில் வடிவமைத்து தயாரிக்கப்பட்டது.
2. 50 டிகிரி செல்சியஸ் முதல் 380 டிகிரி செல்சியஸ் வரை உஷ்ணசக்தியை உபயோகித்து உணவின் சத்து வைட்டமின் குறையாமல் சமைக்க முடியும்.
3. அடுப்பின் வெளிப்புற அமைப்பு தரமுள்ள பாலியுரித்தின் பெயிண்ட் செய்யப்பட்ட மெட்டாலிக்கினால் ஆனது.
4. இதனை உபயோகிப்பதால் கரிப்பிடிப்பதில்லை, நெருப்பில்லை, புகையில்லை, ஷாக் இல்லை.



canan
Multi-purpose Cooking System

* Conditions Apply

Branch Office : Canan Technologies Private Limited, 162, Opp. CSI Higher Secondary School, Head Post Office Road, Coimbatore. Ph : 0422 - 4355972

JKS Agencies - **Ooty - 94432 80609.** Bharath Traders - **Mettupalayam - 94436 04013.** Robin Traders - **Madurai - 0452 2362313.** Agilam Agencies - **Dindugal - 98652 70874.** Kiran Marketing - **Pondycherry - 94432 29662.** Srea Sastha Marketing - **Cuddalore - 04142 - 576082.** S.L.Sivaji - **Paramagudi - 93447 79639.** V.M.Agencies - **Virudhunagar - 94431 44864.** Adinarayanan - **Vizhipuram - 93456 22996.** Joshi - **Salem - 94436 88860.** Murugeshen - **Sulur - 936 3101460.** Sri Sakthi Enterprises - **Tuticorin - 936 3315515.** Sree Moha Marketing - **Kallakkurichi - 936 1510895.** Chola Communication - **Kumbakonam - 98430 28908.**

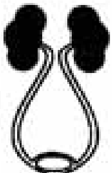
Dealers enquiry Solicited for unrepresented areas

ஜெயம் கிளினிக்

ஜெயம் கிட்னி ஸ்டோன் சென்டர்

சிறுநீரகம் காப்போம்

சிறப்பு மருத்துவம்



- சிறுநீரக கற்கள்
- நாட்பட்ட சிறுநீரக கோளாறு
- சர்க்கரை நீர், உப்பு நீர்
- முகவீக்கம்,கால்வீக்கம்
- பித்தப் பை கற்கள்

சிறுநீரகக் கல்,

Kidney Stone - No Surgery

சிறுநீரகக் கற்கள் உருவாகும்போது, இடுப்பு, முதுகு, அடிவயிற்றில் வலி, அடிக்கடி சிறுநீர் கழிதல், சொட்டாக அடைத்து நீர் வெளியேறுதல், எரிச்சலுடன் இரத்தம் கலந்த சிறுநீர் வெளியேறுதல் போன்ற தொந்தரவுகள் ஏற்படும். இன்றைய நவீன மருத்துவத்தில் லித்தோடிரிப்ஸி (LITHOTRIPSY) என்ற முறையே தீர்வு. எங்கள் கிளினிக்கில் அரிய மூலிகைகள் கொண்ட மருந்துகள் மூலம் கற்கள் கரைக்கப்பட்டு மீண்டும் வராமல் தடுக்க, உணவு முறை, Prevention Theraphyயும் வழங்கப்படுகிறது. ஆரம்ப/நாட்பட்ட சிறுநீரகக் கோளாறுகள்:- **Kidney Failure - No Dialysis.** Hemo Dialysis, Peritonial Dialysis என்ற நிலையில் உள்ள நோயாளிகள் Blood urea, Creationine அளவு குறைக்கப்பட்டு இன்றும் ஆரோக்கியமாக இருக்கின்றனர்.

ஜெயம் கிளினிக்

ஜெயம் கிட்னி ஸ்டோன் சென்டர்

Dr. K. ஜெயலெட்சுமி

B.S.M.S, M.D

அரசு பதிவு பெற்ற மருத்துவர்

எண். 31 - நவநீதம்மாள் தெரு,

E.B ஆபிஸ் எதிரில், சாலிகிராமம்,

சென்னை - 600 093

தொலைபேசி எண்:

55389708, 9840244471

மாமியாரிடமிருந்து இந்தப் பதிலை இவள் எதிர்பார்க்கவில்லை. எத்தனை கண்ணியமான, பொறுமையான பதில்!

'நான் கொஞ்சம் மென்மையாகப் பேசியிருக்கலாம். அவங்க மனசு வேதனைப் பட்டு இருக்குமோ? அத்தை சொன்ன மாதிரி என் தம்பி - தங்கச்சியா இருந்தா இப்படிப் பிரித்துப் பேசி இருப்பேனா, என்ன இருந்தாலும் இப்படி நடந்து கொண்டிருக்கக் கூடாது' மன உளைச்சலும் குடைச்சலும் நீண்ட நேரம் ஒருவித அவஸ்தையைத் தந்தது ஆர்த்திக்கு.

ஆர்த்தியின் அம்மாவும் அப்பாவும் அன்று ஊரிலிருந்து வந்திருந்தனர். காய்களை நறுக்கிக்கொண்டே கிசுகிசுப்பாக அம்மாவிடம் ப்ரியா, "ஏம்மா... அண்ணியோட அம்மா-அப்பா வந்திருக்கறதால மணிக்கணக்கா அவங்க கூடவே உட்கார்ந்து பேசணுமா? அடுக்களையில ஏதாச்சும் வேலை செய்யக் கூடாதா? எனக்கு நாளைக்கு டெஸ்ட்... நான் படிக்க வேண்டாமா?"

"ப்ரியா - ரொம்ப நாள் கழிச்சு பாக்கற அம்மா- அப்பாகிட்டே ஒரு பொண்ணுக்குப் பேசறதுக்கு எவ்வளவோ இருக்கும். அத நாமதான் புரிஞ்சுக்கணும். ஒரு பத்து நிமிஷம் காய் நறுக்கித் தந்தா உனக்கு ஒண்ணும் கெட்டுப் போகாது."

"ஆமா, நீங்க அண்ணியை விட்டுக் கொடுக்கவே மாட்டீங்களே. ஆபீஸ் லேர்ந்து வந்ததும், வராததுமா வேலைக்காரியாட்டம் அவங்களுக்குக் காப்பி கொண்டு போய் நீட்டுவீங்களே... அதான் இப்ப உங்களை வேலைக்காரியாவே ஆக்கி எல்லா வேலையையும் உங்க தலைல கட்டிட்டு அம்மா - அப்பா பக்கத்தில போய் உட்கார்ந்திட்டாங்க."

"ஏண்டி... உனக்குப் புத்தி இப்படிப் போகுது? சொந்த, பந்தத்தையெல்லாம் விட்டு நம்ம குடும்பத்துக்கு வந்த பொண்ணை நாமதான் ஆதரிக்கணும்; புரிஞ்சுக்கணும். நாள் முழுசும், வெளில உழைச்சு பஸ்ஸுக்குக் காத்துக் கிடந்து

ஹைக்கூ

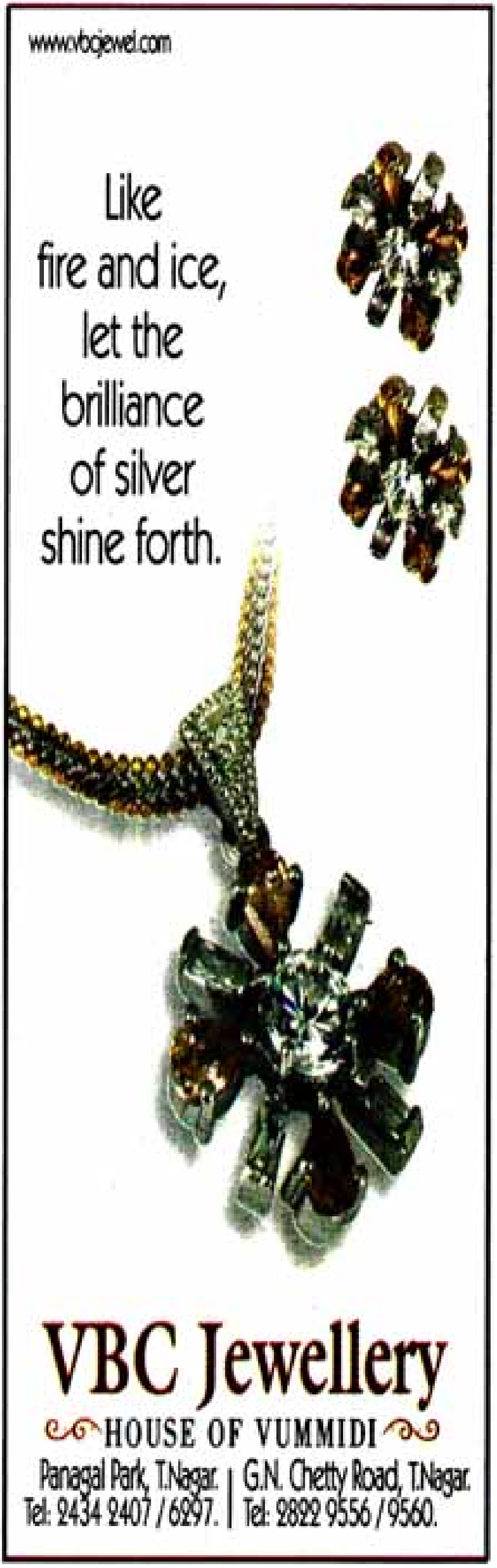
- முன்பெல்லாம்
நிலவைக் காட்டி!
இப்போதோ விமானம்
காட்டி!
நன்றாகச் சாப்பிடுகிறது
குழந்தை!

- தி. கவிமனோ.

ரெண்டு, மூணு பஸ் மாறி அலுத்து, சோர்ந்து வீட்டுக்கு வர பொண்ணுக்கு ஒரு வாய் காப்பி கொண்டு போய்க் கொடுத்தா நா கொறஞ்சிடுவேனா? வேலைக்காரி ஆயிடுவேனா? என்ன பேச்சு இது? நீ காலேஜிலேர்ந்து வந்ததும் டிபன் ரெடியா இல்லேன்னா என்னம்மா ஆர்ப்பாட்டம் பண்ணுவே? எல்லாத்தையும் நா சகிச்சுக்கலையா? பொறுத்துக் கலையா? முறுக்கிட்டு, வீம்போட போற உன்னைச் சாப்பிடச் சொல்லி தாங்க வரலையா? அப்ப நான் உனக்கு வேலைக்காரியா? சின்ன வயசிலேயே மனசைக் குறுக்கிக்காதே போ.. போ...''

“நீ ஆபீஸ் கிளம்பலையா ஆர்த்தி...''

“நான் நாலு நாள் லீவு போட்டிருக்கேன் ரவி.. பாவம் அத்தை டைஃபாய்ட்ல ரொம்ப சோர்ந்து மெலிஞ்சு போய்ட்டாங்க. நான் வீட்ல இருந்தா அவங்களுக்கு வேளா வேளைக்கு ஏதாவது ஆகாரம் கொடுத்து நல்லபடியா பாத்துக்கலாமேன்னுதான்'' என்று சொல்லிவிட்டு சமையலறைக்கு விரைந்தாள் மாமியாருக்கு ஜூஸ் தயாரிக்க.



அன்று பிற்பகலில் -

"மாத்திரை சாப்பிட்டீங்களா அத்தே" என்று கேட்டுக்கொண்டே உள்ளே வந்தாள் ஆர்த்தி. கையில் ஒரு ஈர டர்க்கி டவல்.

"நாளைக்குத் தலைக்குக் குளிக்கலாம்னு டாக்டர் சொல்லிட்டார். இவ்ளோ நாளா தலை சரியா சீவாம, குளிக்காம முடியெல்லாம் சிடுக்கு விழுந்திருக்கு அத்தே. அஞ்சு நிமிஷம் வராந்தாவுக்கு வந்து உட்கார்ந்தீங்கனா மெதுவாக, வலிக்காம சிடுக்கு எடுத்து விடறேன்."

"வேண்டாம்மா... உனக்கு ஏற்கெனவே இப்ப கூடுதலான வேலை. வேளா வேளைக்கு எனக்குப் பணிவிடை, குழந்தையைக் கவனிக்கணும். இப்ப இந்தச் சிரமம் வேற எதுக்கும்மா?"

'சிரமமா? இது ஒரு சிரமமா? எத்தனை நல்ல மனுஷி இவர்! இதுவரை என்னிடம் குரலை உயர்த்திப் பேசாதவர். கடிந்து ஒரு சொல் சொன்னதில்லை. சமயத்தில் என் சிடுசிடுப்பைக் கூட தாங்கிக் கொண்டவர். மகளைப் போல் என்னை நேசிக்கும் ஜீவன். இப்படிப்பட்ட அத்தைக்கு சின்ன சின்ன உதவியைச் செய்வது ஒரு சிரமமா? இது பெரிய விஷயமா என்ன?' என்று எண்ணங்கள் ஓட-

"அதெல்லாம் ஒரு சிரமமும் இல்ல அத்தே. நீங்க வந்து உட்காருங்க" என்றவள் அத்தையின் தலைமுடியைப் பிரித்தாள். அடர்த்தியான முடி, கட்டி கட்டியாக சிடுக்காக இருந்தது. பூப்போல மெதுவாக முடிகளின் இடையே விரலை லாவகமாக விட்டு மெள்ள மெள்ள சிடுக்கை அகற்றினாள்.

வசந்திக்கு, உடம்புக்கும் மனதிற்கும் இதத்தை அள்ளித் தந்த பணிவிடை! 'என் மகளுக்குக் கூட இந்த எண்ணம் தோணலியே!' என்று உள்ளுக்குள் சிலிர்த்துப் போனாள். இதயத்தை வருடி விடும் பரவச உணர்வு!

சிடுக்கெடுத்தபின் ஈரத்துண்டால் தலைமுடியை மெதுவாகத் துடைத்தெடுத்தாள். மேலோட்டமாக சீவி அடியில் தளர்வாக சின்ன முடிச்சிட்டாள். உடையிலும், தரையிலும், சீப்பிலும் உதிர்ந்து கிடந்த முடிகளை ஒன்றுதிரட்டி எழுந்து கொண்டாள்.

"கஞ்சி எடுத்துட்டு வரேன் அத்தே... குடிச்சிட்டு படுத்து ரெஸ்ட் எடுத்துக்கோங்க" என்று வெளியே வந்தாள்.

"வசந்தி... விட்டுக் கொடுத்து, விட்டுக் கொடுத்து, கடைசியில் உன் மருமக உன்னோட தலையில் ஏறி உட்காரப் போறான்னு நான் குத்தலா, கேலியா பேசியிருக்கேன். இப்ப ஆர்த்தி அவளோட தலைமேல தூக்கி உட்கார வைக்காத குறையா உனக்குப் பணிவிடை செஞ்சு என் வாயை அடைச்சிட்டா. நீ ஜெயிச்சிட்டேம்மா" என்று அவள் தலையைப் பரிவோடு தடவி உள்ளம் நெகிழ்ந்த கணவரை வசந்தி ஏறிட்டாள்.

அவள் உதட்டோரத்தில் மெல்லிய சிறு புன்னகை. 'விட்டுக் கொடுத்தால் விண்ணையும் தொட்டு விடலாம்' என்பதாக அந்தப் புன்னகைக்கு அர்த்தம் காண்கிறார் மோகன்.



மாவடு ஊறிய தண்ணீரை மாவடு தீர்ந்த பின்னர் கொட்டி விடாதீர்கள். அந்தத் தண்ணீரில் சுண்டைக்காய் வற்றலைப் போட்டு ஊறியதும் காய வைத்து எடுத்து வையுங்கள். இந்த வற்றல் புதிய சுவையுடன் இருக்கும்.

- சி. இராசலட்சுமி.



பரீட்சை பயம் போயே போச்சு!

வருடம் முழுவதும் உழைத்துப் படித்து, வெற்றிக்கனியை பறிக்க, குழந்தைகள் எல்லோரும், தேர்வுக்குத் தயாராகிக் கொண்டிருக்கும் நேரமிது. பரீட்சை வந்து விட்டால், பல அம்மாக்களுக்கு திடீர் ஜுரமே வந்து விடும். குழந்தைகளை விட, அம்மாக்கள் அதிக டென்ஷனாகி, வேளாவேளைக்கு டீ, காப்பி, டிபன், ஜூஸ் என்று பார்த்துப் பார்த்து கவனித்து, தங்கள் குழந்தைகளை நன்கு படிக்க வைப்பார்கள். அவர்களின் தேர்வு நேர டென்ஷனைக் குறைக்க, இதோ சில டிப்ஸ்...



- குழந்தைகளுக்கு உதவும் வகையில், தேர்வுக்குப் படிக்கும் போது, ஒரு சந்தோஷ சூழலை உருவாக்குங்கள். குழந்தைகளுடனே அதிக நேரத்தைச் செலவிட்டீர்களானால், அது அவர்களுக்கு ஒரு தெம்பாகவே அமையும். தேர்வு நேரத்தில் அதிகமாக, அவர்களைத் திட்டி, 'மூட் அவுட்' பண்ண வேண்டாம். அன்பு செலுத்தி, அரவணைத்து அவர்கள் உங்களுக்கு மிகவும் முக்கிய மானவர்கள்தான் என்ற உணர்வை ஏற்படுத்துங்கள்.
- தினமும் இரவில், 'பரீட்சைக்குரிய டைம் டேபிளில் எழுதியபடி படித்து முடித்து விட்டாயா?' என்று அக்கறையுடன் கேளுங்கள். முடிக்கவில்லையெனில், 'அதனாலென்ன, நாளைக்குக் கொஞ்சம் சீக்கிரம் படிக்க



• பாலோடு கலந்த டிகாக்ஷன்...





காஃபி!





• ...பூவாக மாறியதே!



ஆரம்பித்து விடலாம்' என்று கூறி, அவர்களது குற்ற உணர்ச்சியைப் போக்குங்கள்.

● எப்போதுமே, அவர்களது தோழர், தோழியருடன் ஒப்பிட்டுப் பேசாதீர்கள். அடுத்தவர் முன்னிலையிலும் குழந்தைகளை மட்டம் தட்டாதீர்கள். தேர்வு நேரத்தில் குளியல், சாப்பாடு, தூக்கம் எல்லாவற்றிலும் அவர்களுக்கு முழு சுதந்திரம் கொடுங்கள். பரீட்சை முடிந்ததும், தானாகவே அவர்கள் உங்கள் பழைய கட்டுப் பாட்டுக்கு வந்து விடுவார்கள்.

● பரீட்சை நேரங்களில், வீட்டு விசேஷங்களை வைத்துக் கொள்ளாதீர்கள். எல்லோரும் ஜாலியாக விழாவில் கலந்து கொள்ளும்போது, குழந்தைகள் மட்டும் தனியாக உட்கார்ந்து படிக்க முடியாது. நீங்களும் 'படியுங்கள்' என்று விரட்ட முடியாது. பாழாகுவது குழந்தைகளின் படிப்பு தான். உறவினர்கள், நண்பர்கள் வீட்டில் நடக்கும் விசேஷங்களுக்கும், கணவன் அல்லது மனைவி யாராவது ஒருவர் கலந்து கொண்டு, மற்றவர் வீட்டிலிருந்தபடி, குழந்தைகளைப் பார்த்துக் கொள்ளலாம்.

● வெயில் காலங்களில்தான் தேர்வு வருகிறது என்பதால், அதிகமாக தண்ணீர், இளநீர் குடிக்கச் சொல்லுங்கள். குளிர்ந்த நீரில் கண்களையும் அடிக்கடி கழுவச் செய்வது நல்லது. அதிக வெயில் குழந்தைகளைச் சோர்வாக்கலாம். அதனால் வெயிலில் செல்லும் போது, குடை அல்லது தொப்பியுடன் செல்லச் சொல்லுங்கள். தினமும் ஆரஞ்சுப் பழச்சாறு குடிக்க வைக்கலாம். அதிலுள்ள வைட்டமின் 'சி' அறிவுத்திறனை வளர்க்கும். தேர்வு நேரங்களில், எளிதில் ஜீரணமாகும் இட்லி, இடியாப்பம் போன்ற, ஆவியில் வெந்த உணவுகளைச் சாப்பிடக் கொடுப்பது நல்லது. காய்கறிகள், கீரைகளை அதிகம் உணவில் சேர்த்துக் கொள்ள வேண்டும்.

● தேர்வு காலங்களில், வீட்டில், சண்டை இல்லாமல், பார்த்துக் கொள்வது நல்லது. அம்மா, அப்பா சண்டை போட்டுக் கொண்டிருந்தால், குழந்தைகள் சுமுகமாக இருக்க முடியாது. அதனால் பெரியவர்கள் பிரச்னைகளை, ஊதி ஊதி பெரிதுப்படுத்தாமல், விட்டுக் கொடுத்துப் போவது நல்லது.

● பையன்களைப் பரீட்சைக்கு ஒரு வாரம்

முன்னால், தலைமுடியை ஒட்ட வெட்டி விடச் சொல்லுங்கள். இதனால் கோடைக்காலத்தில், வியர்த்துக் கொட்டி, ஜலதோஷம் பிடிக்காமல் இருக்கச் செய்யும். பெண் பிள்ளைகளாக இருந் தால், தேர்வுக்கு அனுப்பும் போது, பூ, வளையல், பின்னல்களை இறுக்கமாகப் போட்டு அனுப்பாதீர் கள். இது அவர்களுக்கு எழுதுவதற்கு மிகவும் சங்கடமாக இருக்கும்.

● ஒரு பக்கம் விளையாட்டு, டீவி., சினிமா என அலைபாயவைக்கும். மறுபக்கம் படித்து, மிக உயர்ந்த மதிப்பெண்களை வாங்கினால்தான் எதிர்காலம். இரண்டுக்கும் இடையே திண்டாடும் குழந்தைகளின் நிலையைப் புரிந்து கொண்டு, பெற்றோர்கள்தான், அவர்களைச் சரியாக வழி நடத்தி, தேர்வு காலத்தை, தங்கள் குழந்தைகளின் 'சவாலை எதிர்நோக்கும் இனிய காலமாக' மாற்ற உதவ வேண்டும். இதில் குறிப்பிட்டபடி நாமும் நடந்து, நம் குழந்தைகளுக்கும் வழிகாட்டினால் 'தேர்வு நேர டென்ஷனா... அது எந்தக் கடையில் விற்கும்....' என்று தாராளமாகக் கேட்பீர்கள்.

பரீட்சை அன்று கவனத்தில் கொள்ள வேண்டியவை :

● தேர்வுக்கு முதல் நாள் இரவு கண் விழித்து படிப்பதைக் கண்டிப்பாகத் தவிர்க்க வேண்டும்.

● தேர்வு நெருங்கும் நேரத்தில் புதியதாகப் பாடங்களைத் தேர்ந்தெடுத்து படிப்பதை விட்டு விட்டு, ஏற்கெனவே படித்த பாடங்களை நன்கு படிக்க வேண்டும்.

● பரீட்சைக்கு ஒரு மணி நேரம் முன்னதாக அனைத்துப் பாடங்களையும் மூட்டை கட்டி விட்டு டென்ஷனில்லாமல் இருக்க வேண்டும்.

● தேர்வுக்குக் கிளம்புவதற்கு முன் ஹால் டிக்கெட், கூடுதல் பேனா, பென்சில், ரப்பர் இன்ன பிற உபகரணங்களை மறக்காமல் முன்பே எடுத்து வைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

● வினாத்தாளை வாங்கியபின் முதலில் அதை முழுவதுமாகப் படிக்க வேண்டும்.

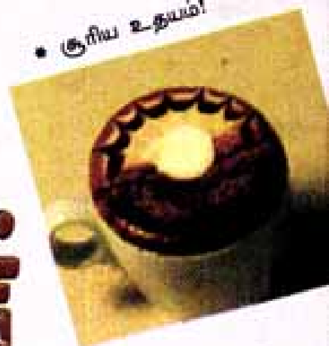
● தெரிந்த வினாக்களுக்கு முதலில் விடைகளை எழுதி விட்டுப் பிறகே மற்ற கேள்விகளுக்குப் பதிலெழுத வேண்டும்.

- கே. பாத்திமா

கலாட்டா!



• இருதயம்!



• சூரிய உதயம்!



• பூ வடிவம்

மங்கையர் மலர் ஈமெயில் முகவரிக்கு வாசகி உஷா அனுப்பி வைத்திருந்த படங்கள் இவை. ஒரு கோப்பையிலே வெறும் பால் மற்றும் காப்பி டிகாக்ஷனில் வரையப்படும் பலவித டிசைன்களை இணையதளத்தில் அவர் பார்த்து ரசித்த இந்தக் காட்சிகள் இங்கு மற்ற வாசகியரின் பார்வைக்கு விருந்தாக...!



திருமகள் அருள்

வைணவ மேலோர் கூரத்தாழ்வாரின் "ஸ்ரீஸ்தவத்"தின் தமிழாக்கம் :

ஆழ்வார் பற்றிய தனியன் :
முகக்கண் இழந்தெம் அகக்கண் திறக்க
புதிராஜர்

உகக்கும் அடியார் அளிக்கும் துதிநூல் ஸ்ரீஸ்தவத்தால்
இகத்தும் வருமோர் பரத்திலும் இன்புறும் ஆறாக
வகுத்த பனுவல் கற்றினி உய்வோம் அடியவர்நாம்

அன்னை உந்தன் முகக்குறிப்பை நோக்கி டாது,
இன்புலகம் நரகமுடன் முத்தி லோகம்
இன்னபிற ஆக்கிஅளித்து அழித்தல் போன்ற
அண்ணலவன் இன்கனிகள் சிறக்கா தென்றே
தன்னிணையோ(டு) ஒருநீராய் இருத்தல் எண்ணி
அன்னை உந்தன் முகக்குறிப்பை நோக்கு கின்றான்

என்னையுமோர் பொருட்டாக எண்ண மீட்டு
என்துதியை ஏற்றருளி நன்மை செய்வாய்

உயிர்க்கெல்லாம் தாயான தேவி உன்னை
உளமகிழ்ந்து துதிக்கநானும் வேட்கை கொண்டேன்
உயர்வான வாக்கினோடு தூயபக்தி
அன்புடனே நல்லறிவும் அருள வேண்டும்
அயர்வின்றி இவைவளரச் செய்து நாளும்
இணையடிமை என்னை உகந்து ஏவல் கொண்டு
மயர்விலனாய் எனை ஆக்கிக் கருணைக் கடலாம்
பனிக்கடைக்கண் அலைவீச்சின் இலக்காய் ஏற்பாய்

இல்லாத குணமெல்லாம் இருப்ப தாக
இன்னும் மற்றோர் குணமெல்லாம் ஏற்றிச் சொல்லும்
வல்லாரின் புகழுரையே துதியாம் என்னில்
உனக்கதுதான் பொருந்தாதென் றுணர்ந்து கொண்டேன்
உள்ளகுணம் உள்ளபடி உரைத்த லொன்றே
உண்மையிலே புகழுரையாம் என்றே ஏற்பின்
வெள்ளமாக் கடலுந்தன் பண்பு போற்றும்
வாக்குரைத்தல் பிருகஸ்பதிக்கும் ஆகா தன்றோ?

மனமொழிக்குக் கிட்டாத மாட்சி யென்று
மதிமேலோர் உரைக்கின்ற அவை குறித்தே
எனதுமொழி நீர்ஊறும் நாக்கில் தோன்றும்
இதிலொன்றும் நகுதற்குச் செய்தி இல்லை
பெண்சகோரம் நிலாமுழுமை பருகற்(கு) ஆகா(து)
என்றுதன் நா அடக்கிவேட்கை ஆரா(து) இல்லை
எந்நிலையும் அதுபோன்றே ஆன தந்தோ!
இயன்றமட்டில உன்குணங்கள் இயம்ப லுற்றேன

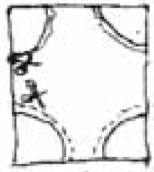
- ரஜிராதன்

பால் கவரில் மல்லிகை மொட்டு

காலி பால் கவரில் மல்லி மொட்டு செய்ய, வேண்டிய பொருள்கள் :

1. காலி பால் கவர்கள்,
2. பஞ்சு (காட்டன்)
3. வெள்ளை நூல் உருண்டை.

செய்முறை :



படம் 1

காலி பால் கவரின் நான்கு மூலைகளையும் படம்-1ல் காட்டியபடி வெட்டி எடுங்கள். அப்படி வெட்டி எடுத்தபோது ஒவ்வொரு கவரிலும், முக்கோண வடிவம் உள்ள 4 கோன்கள் கிடைக்கும். அதாவது வெட்டியபின் ஒவ்வொன்றும் இப்படிப்பட்ட வடிவத்தில் இருக்கும். அக் கோனை அப்படியே உள்பக்கம் வெளிப்பக்கமாக வரும்படித் திருப்ப வேண்டும். கோன்களை சோப்புத் தண்ணீரில் ஒருநாள் முழுவதும் போட்டு, பால் வாசனை போகும்படி நன்றாகக் கழுவி எடுங்கள். நன்றாகக் காய்ந்த உடன் பால் பாயிண்ட் பேனாவின் முனையாலோ அல்லது கூர்மையான பென்சில் அல்லது பல் குத்தும் குச்சியாலோ கோனின் உள்ளே செலுத்தி, மேல் பாகம் கூர்மையாக வரும்படிச் செய்யவும். பின் சிறிது பஞ்சை எடுத்து உள்ளே கூர்மையானப் பகுதியில் உள்ளே வைத்து (இந்தப் படத்தில் உள்ளபடி) கோனின் கீழ்ப் பாகத்தைக் கையினால் சுருட்டி, அதாவது மல்லி மொட்டின் காம்பைப் போல் நூலால் கெட்டியாகச் சுற்றிக் கட்டி விடுங்கள். இது இப்படி மல்லி மொட்டாக வரும். இதுபோன்ற மொட்டுக் களை வேண்டிய அளவுகள் செய்து சேர்த்து மாலையாகக் கட்டி மற்ற டெக்கரேஷன்களுக் கும் உபயோகிக்கலாம். காம்புப் பாகத்திற்குப் பச்சைக் கலர் வேண்டுமானாலும், பச்சைக் கலர்ப் பசை நாடாவை வாங்கிச் சுற்றி ஒட்டலாம்.

- வத்ஸலா சிவராமன்.



கடைகளில் கலர் கலராக, ஜிகினா பேப்பர்களில் சாக்லெட்டுக்கள், மிட்டாய்கள் கிடைக்கின்றன.

இவற்றை வைத்து மாலை கட்டும் விதம் : நைலானில் மெல்லிய நூல் போல் இருக்கும் 'வயர்' பயன்படுத்தி பூ தொடுப்பது போல் மிட்டாய்களை வைத்துக் கட்ட வேண்டும். (இந்தக் காலத்தில் 'பூ' கட்டுவது பலருக்குத் தெரியாது. ஊசி நூலில் கோர்த்தால் அத்தனை எடுபடாது). நூலை இடது கையில் அடியில் வைத்துக் கொண்டு 'டாஃபி'ஐ வைத்து அதன் மேல் பாகத்தில் நூலைச் சுற்றி, பின் நூலை ஒரு வளையமாக வைத்து மிட்டாயின் தலைப் பாகத்தில் ஒரு முடிச்சு (லூப்) போட்டு இறுக்க வேண்டும்.

இதை 'சாடின்' ரிப்பனிலும் கட்டலாம். மேல் வரியைப் போல் கீழ் வரியையும் கட்ட வேண்



இனிப்பு மாலை!

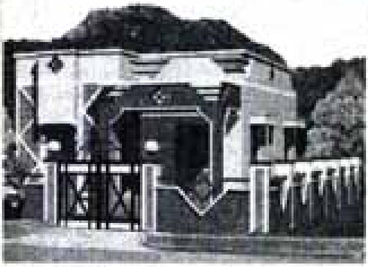
டும். இடைவெளி இல்லாது அடுக்கடுக்காகச் செய்யவும். 25 ஒரு பக்கம் - 25 மற்றொரு பக்கம் என்றிருக்க வேண்டும்.

இரு பக்கத்திலும் தெர்மாகோலை மாலையில் வைத்து (அதன் நடுவில் நூல் இருக்கும்) கட்டிக் கொள்ளவும். சாட்டின் ரிப்பனைக் கொண்டு இருபக்க நூலிலும் இரட்டையாகக் கட்டி கழுத்தில் போட்டுக் கொள்ளும் விதத்தில் வைத்து மூடி போடவும்.

சிறு குழந்தைகள் பிறந்த நாளுக்கு பூணூல் கல்யாணத்துக்கு போட்டுக் கொண்டால நன்றாக இருக்கும். மணமக்கள் மாலை மாற்றி கொள்ளும் பொழுதும் அழகாக இருக்கும் இந்த இனிப்பு மாலைகள்.

- விசா

நீச்சல் குளம், ஜிம், பூங்கா மற்றும்
அனைத்து நவீன வசதிகளுடன்



விஷால் நகர்

தனித் தனி வீடுகள்...

5 லட்சம் முதல்

அப்பார்ட்மெண்டில் உண்மையான தனி வீடுகள்



VISHAAL Heights

இடம் :
வருமான வரி அலுவலகம் அருகில்
V.P.ரத்தினசாமி நாடார் ரோடு.
பி.பி.குளம். மதுரை.

உங்கள் இல்லக் கனவுகள் நனவாக இன்றே பதிவு செய்யுங்கள்.

விஷால் புரோமோட்டர்ஸ் (பி) லிமிடெட்

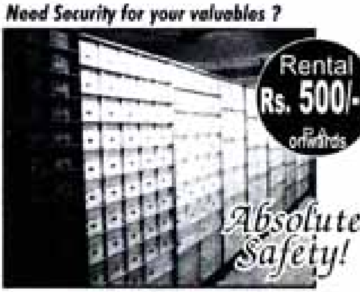
100 அடி ரேடியல் ரோடு, கூடல் நகர் வானொலி நிலையம் அருகில், மதுரை - 18.
Ph:5537060, CELL: 98421 68285, 98429 68285, 94433 56226.

உள்ளம் கொள்ளை போகலாம்!
உடமை கொள்ளை போகலாமா?

KOTHARI SAFE DEPOSITS LTD

அளிக்கிறது உங்கள் நகைகள் மற்றும் பத்திரங்களுக்கான
முழுமையான, சிறந்த பாதுகாப்பை!

Need Security for your valuables ?



சிறப்பம்சங்கள்

- 70 ஆண்டுகால நம்பிக்கையான சேவை
- உங்களின் தேவைக்கு ஏற்ப 11 வகையான பாதுகாப்பு பெட்டகங்கள்
- முழுவதும் குளிரூட்டப்பட்ட அறை
- தனிப்பட்ட கவனம்
- 9,000க்கும் மேற்பட்ட வாடிக்கையாளர்கள்

Trusted by Generations
Since 1936

Lockers also Available at

GEORGE TOWN
✆ 2534 2431
NUNGAMBAKKAM
✆ 2833 4552
PURASAWALKAM
✆ 2532 2398

ALWARPET BRANCH: "Century Centre" (Basement), 75, T.T.K. Road, (Opp. Naradagana Sabha), Alwarpet, Chennai - 18 **Ph: 2498 3832**

ANNA NAGAR BRANCH: "Tamilvanan Complex" (Basement), AA-144, 3rd Avenue, Anna Nagar, (Near Hotel Vasantha Bhavan), Chennai - 40. **Ph: 2620 7271**

*Conditions apply

பில்ராத் கருத்தரிப்பு மையம்

உலகத் தரம் வாய்ந்த அதிநவீன வசதிகளுடன் கூடிய

HI TECH TEST TUBE BABY CENTRE

FACILITIES AVAILABLE

- INTRA UTERINE INSEMINATION (IUI)
- INVITRO FERTILISATION (IVF)
- INTRA CYTOPLASMIC SPERM INJECTION (ICSI)
- BLASTO CYST CULTURE
- LASER ASSISTED HATCHING
- EMBRYO & SPERM CRYOPRESERVATION
- MICRO EPIDI DYMAL SPERM ASPIRATION (MESA)
- PRE IMPLANTATION GENETIC DIAGNOSIS



BILLROTH HOSPITALS

43, லட்சுமி திரையரங்கு சாலை, (பூந்தமல்லி நெடுஞ்சாலை சமீபம்) செனாய் நகர், சென்னை - 600 030. போன் : 2644 1777, 2644 4070 ஃபேக்ஸ் : 2644 2999

Email: drvjegan@hotmail.com.

ஆல்ஃபா மைண்ட் பவர்

சக்திகளிலேயே பெரிய சக்தி ஆழ்மனதின் சக்தி!

ALPHA™ MIND POWER

" Unwind Your Mind & Empower Yourself "

டாக்டர் விஜயலக்ஷ்மி பந்தையன்

அளிக்கும் ஒரு நாள் இந்தியாவின் பழம்பெரும் சித்தர்களின் சக்தியுடன் கூடிய ஒரு நாள் ஆல்ஃபா தியான பயிற்சி



- மன அழுத்தம் குறைக்க
- பணவரவை அதிகரிக்க
- உறவுகளை சீர்படுத்த
- குடும்பத்தில் அன்பு நிலவ செய்ய
- நோய் தீர்க்க,நிம்மதியாக தூங்க
- பரீட்சையில் அதிக மார்க் வாங்க
- மகிழ்ச்சியுடன், தன்னம்பிக்கையுடன், வெற்றியுடன் வாழ

தபால் மூலம் கற்கலாம் ஆல்ஃபா மைண்ட் பவர் ஆடியோ காஸட், சிடி மற்றும் பயிற்சி புத்தகம் ஆங்கிலம் மற்றும் தமிழில் தபால் மூலம் பெறலாம்.

ஒரு நாள் பயிற்சி மட்டுமே!

ஆல்ஃபா தியான அனுபவம் இதோ ஒரு கடிதம்

நான் மிக முக்கியமான பதவியில் பொதுத்துறையில் பணிபுரிந்து வந்தேன். எதிர்பாராத சில காரணங்களால் வேலையிலிருந்து நீக்கப்பட்டு விட்டேன். எதிர்காலம் ஒரு கேள்விக்குறியாக இருந்த பொழுதுதான் ஆல்ஃபா தியான பயிற்சியில் கலந்து கொண்டேன். இன்று பொருளாதாரம், ஆரோக்கியம், உறவுகள் என்று எல்லாவிதத்திலும் என் வாழ்க்கை மிகச் சிறப்பாக இருக்கிறது. நன்றி ஆல்ஃபா!

- பி. மூர்த்தி, பெங்களூர்.

பயிற்சி வகுப்புகள்

பிப்ரவரி மாத பயிற்சி வகுப்புகள்

டெல்லி - 5.2.06 சண்டிகர் - 19.2.06

திருச்சி - 5.3.06

சென்னை - 600 093. இந்தியா. போன் : +91-44-23760007, 23760283 மொபைல் : 98414 02000

கொஞ்சம் சிரிப்பு –
கொஞ்சம் எலும்பு!



● பார்த்தசாரதி

கும்பகோணத்துக்குச் சென்ற கோகிலா!

எலும்புமுறிவு சிகிச்சை மருத்துவர்
டாக்டர் எம். பார்த்தசாரதி

கிளினிக்குக்கு வருபவர்களை வரவேற்று உட்கார வைத்து வந்த வரிசையில் உள்ளே அனுப்புவதற்காக ஒருவரை நியமித்திருக்கிறோம். அவர் மரியாதை தெரிந்தவர்தான். ஆனால் அன்று அவருக்கு நேரம் சரியில்லை. வந்திருந்த ஒரு பெண்மணியைப் பார்த்து, "பாட்டி இங்க உட்காருங்க" என்று காலியான ஒரு நாற்காலியைக் காட்டினார்.

அந்தப் பெண்மணி கோபத்தின் எவரெஸ்டுக்கே போய் விட்டார். "மேடம்னு சொல்லு. இல்லேன்னா மாமின்னு சொல்லு. பாட்டி என்ன பாட்டி!" என்று சிடுசிடுத்தார். தன் அதிருப்தியை மேலும் வெளிப்படுத்தும் வகையில் உட்காரவும் இல்லை.

பெண்கள் தங்கள் வயதைக் குறைத்துக் கூறவே பிரியப்படுவார்கள் என்று ஆண்டாண்டு காலமாக அறியப்பட்டு வரும் உண்மை அல்லது பொய்யைப் பற்றி இப்போது ஆராய வேண்டியதில்லை. நான் கூற வந்தது வேறு.

அவரது வாய்ப்பு வந்ததும் உள்ளே நுழைந்தார் அந்தப் பெண்மணி. "டாக்டர், ஊரிலே இருந்து என் பேரன் வந்திருந்தான். (ஆக அவர் பாட்டிதான்!). வந்தவுடனே பாட்டின்னு கத்தினபடியே என்னைக் கட்டிப் பிடிச்சான். அப்போதிலிருந்தே எனக்கு முதுகு பிடிச்சிக்கிட்ட மாதிரி இருக்கு" என்றார்.

அந்தப் பெண்மணியின் முதுகை எக்ஸ்ரே எடுத்துப் பார்த்ததில் எந்த வித எலும்பு முறிவும் புலப்படவில்லை. ஆனால் அவர் எலும்புகள் மிகவும் மிருதுவானதாக இருந்தன.

'அவள் மிகவும் மிருதுவானவள்' என்றோ 'மிருதுவான வார்த்தைகள்தான் அவளிடமிருந்து வெளிப்படும்' என்றோ கதையில் விவரித்தால் கதாநாயகியைப் பற்றிய மதிப்பீடு உயரும். ஆனால் எலும்புகள் மிருதுவாக இருப்பது என்பது சந்தோஷப்பட வேண்டிய விஷயம் அல்ல.

நெடுந்தூரப் பேருந்துகளில் நீங்கள் அடிக்கடி பயணம்

கட்டுரை ஆக்கம் :
ஜி.எஸ்.எஸ்.



செய்பவரா? வேறு வழியில்லாமல் பின்புறமுள்ள இருக்கையில்தான் உட்கார்ந்து வர வேண்டி இருக்கிறதா? அப்படியானால் கும்பகோணத்துக்குச் சென்ற கோகிலாவின் அனுபவம் உங்களுக்கும் ஏற்பட்டிருக்கும்.

சனிப்பெயர்ச்சிக்காக நவக்கிரக ஆலயங்களுக்கு விஜயம் செய்ய முடிவெடுத்தார்கள் ராஜாராமன் - கோகிலா தம்பதி. ஆனால் ஏதோ ஒரு கிரகத்துக்கு கோகிலா மீது என்னவோ கோபம் பாக்கி இருந்திருக்க வேண்டும்! பேருந்து வேகவேகமாகத் தூக்கிப் போட்டதில் பேருந்தின் 'உத்தரத்தில்' அவர் தலை வேகமாக இடித்ததுடன், அவர் முதுகும் சொல்லொணா சோதனைகளுக்கு உட்பட்டது. இதனால் பாதிப் பயணத்திலேயே பேருந்திலிருந்து இறங்கி டாக்ஸியை அமர்த்தினார்கள்.

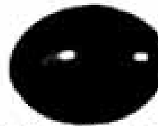
ராஜாராமன் தன் மனைவியை முதுகுப்புறமாக தாங்கிப் பிடித்துதான் இறக்கி டாக்ஸியில் ஏற்ற வேண்டி வந்ததாம். (கோகிலாவுக்கு உடம்பு வேறே பருமன்! டாக்ஸியிலே ஏத்தும் போது 'இந்த வயசிலே இவங்களுக்கு இன்னொரு குழந்தை தேவையா? பாவம் எவ்வளவு அவஸ்தை!'ன்னு கூட்டத்திலே ஒருத்தன் கமெண்ட் அடிச்சான்'' என்று எங்கள் க்ளினிக்குக்கு வந்த பிறகு ராஜாராமன் கூறியதும் பதிலுக்கு ஒரு நெருப்புப் பார்வையைத் தன் மனைவியிடமிருந்து வாங்கிக் கட்டிக் கொண்டதும் வேறு விஷயம்).

இதுபோன்ற பேருந்துப் பயணங்களில், அதுவும் பின்புற இருக்கைகளில் உட்கார்ந்து கொண்டால் முன் இருக்கைக் கம்பியை நன்கு பிடித்துக் கொள்ள வேண்டும் என்பதைக் காலம் கடந்து கோகிலா உணர்ந்து கொண்டார். ஆனால் நீங்கள் எச்சரிக்கையாக இருங்கள்.

கோகிலாவின் முதுகுப் பகுதியை



மாணவர்களின் ஞாபகசக்தி குறைவா ?



இந்த காலத்துல நல்ல படிப்பு இருந்தாதான் நல்ல உத்தியோகத்துக்கு போக முடியும். இதை என் பிள்ளைக்கு எத்தனையோ தடவை எடுத்துச் சொல்லியாச்சு. அவனுந்தான் காலைல ட்யூஷனுக்கு போறான். சாயங்காலம் வரையிலும் படிக்கிறான். நிறையவே படிக்கிறான். ஆனா மார்க்தான் வரமாட்டேங்குது. என்னான்னே தெரியலம்மா? பரீட்சைக்கு போனா எல்லாமே மறந்து போறது என்கிறான். அடுத்த வருஷம் 12வது வேறே. என்ன செய்யப் போறானோன்னு கவலையா இருந்தது. அப்பத்தான் என் அக்கா, அவ பொண்ணோட **பத்மஸ்ரீ ஜெம்ஸுக்கு** போயி ஜாதகம் பார்த்து ராசிக்கல் போட்டப்புறம் நிறைய மார்க் எடுத்து நல்லா படிக்கிறான்னு சொன்னா. நீயும் உன் பையனுக்கு முயற்சி செய்து பாரேன் என்றாள். நானும் அவனுக்காக அவனுடைய ஜாதகத்தை **பத்மஸ்ரீ ஜெம்ஸுக்கு** எடுத்து போனேன். அங்கு **திரு. ராஜசேகர் மற்றும் திருமதி ஷர்மிளா ராஜசேகர்** அவர்கள் ஜாதகத்தை நன்றாக அலசி பார்த்து அவனுக்கேற்ற ராசிக் கல்லை வாங்கி போட்டேன். இப்போ நல்ல ஞாபக சக்தியோட நல்லா படிச்சு நிறையவே மார்க் வாங்குறான். மாணவர்களுக்கு தலையெழுத்தையே மாத்தற இரண்டு வருஷம் (+1 & +2). நல்லா படிச்சு மார்க் வாங்க சரியான வழிகாட்டியா **பத்மஸ்ரீ ஜெம்ஸ்** இருக்கிறது. என்னோட அடுத்த பொண்ணு +2 சேரப் போறா. அதனால மறுபடியும் ஜாதகம் பார்க்க **பத்மஸ்ரீ ஜெம்ஸுக்கு திரு ராஜசேகர்** அவர்களை பார்க்க வரும்போது இதைச் சொல்ல எனக்கு வாய்ப்பு கிடைத்தது. **பத்மஸ்ரீ ஜெம்ஸ் & ஜுவல்ஸுக்கு** நன்றி!

Geetha Ranganathan, Nanganallur, Chennai.

Geetha Ranganathan மாதிரி பலரது நம்பிக்கையும் பிரச்சனையும் தீர்த்து வைக்கும் சிறந்த நிறுவனம்



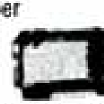


Padmashri Gems Jewellers

சரி இதை யார் பரிந்துரைக்கிறார்கள்

Mrs.SHARMILA RAJASHEKAR M.A., P.G.A. Member

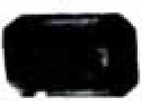
Mr.RAJASHEKAR B.Com., C.Gem., P.Gem.A., Bangkok



International Astrogemmologist

இந்தியாவின் சிறந்த Astrologer என்று Bangkok Association மூலம் தேர்ந்தெடுக்கப்பட்டவர். பலரது பிரச்சனைகளை தன் Astrogemmology மூலம் நிரந்தர தீர்வு தருகிறார்.

தபாலில் பதில் அறிய ரூ.251 **with Birth Details** அனுப்பவும்



Free Consultation with this Copy

For Appointment Contact : 52122927, 28157560

100% Genuine & Energized Astro Gems, Original Rudraksh (All Faces), Valamburi Shank, Saaligram, Sriyantra, Rasamani & Other Devine Articles

Padmashri Gems Jewellers

Astro-Gems, Diamonds, Gold & Silver Jewellery

53-A, North Usman Road, T.Nagar, Chennai - 17. India.

Ph : 52122927, 28157560

Email : powerofgems@yahoo.com Website : www.padmashrigems.8m.com

ADVT.

எக்ஸ்ரே எடுத்துப் பார்த்ததில் அவரது எலும்புகள் மிகவும் மிருதுவாகி, அவர் நடுமுதுகில் ஒரு எலும்பு நொறுங்கியிருந்தது தெரியவந்தது. இதை கம்ப்ரஷன் ஃப்ராக்சர் என்போம்.

வெறும் எட்டு மில்லி மீட்டர் சுற்றுப்புறம் கொண்ட ஒரு இரும்புக் கம்பி, 40 மில்லி மீட்டர் அகலம் கொண்ட வாழைத்தண்டு இந்த இரண்டில் மிக மெலிதாக இருந்தாலும் இரும்புதான் உறுதியானது. அதிகமாக மடித்தால் வளையுமே தவிர உடையாது. ஆனால் அகலம் அதிகமாக இருந்தாலும் வாழைத்தண்டு அழுத்தினால் உடைந்துவிடும் இல்லையா? அப்படித்தான் எலும்புகளும்.

வயதாக ஆக, எலும்புகளின் உறுதி குறைந்துவிட வாய்ப்பு அதிகம். இது தான் "ஆஸ்டியோபொராசிஸ்".

உறுதியான எலும்புகளை வளர்த்துக் கொள்வதும் தக்கவைத்துக் கொள்வதும் எப்படி?

எலும்பும் தசையும் ஒன்றை ஒன்று சார்ந்திருப்பவை. ஒன்றின் பலம் மற்றதிற்கும் பரவும். ஒன்றின் பாதிப்பு மற்றொன்றிற்கு சிக்கலை வரவழைக்கும்.

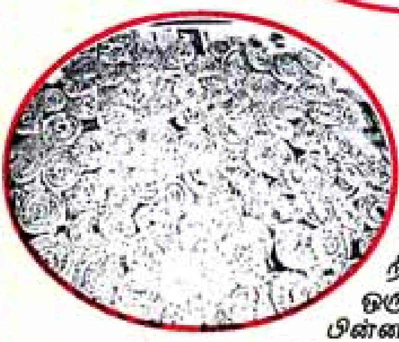
தசைகள் உறுதியாக இருந்தால் எலும்புகள் தானாக உறுதியடையும் என்பதைப் புரிந்து கொள்ளுங்கள். அப்போதுதான் பரதநாட்டியக்காரர் 'இடது பதம் தூக்கி ஆடும்' பாடலுக்கு ஒழுங்காக அபிநயம் பிடிக்க முடியும். இல்லாவிட்டால் 'ஆடாது அசங்காது வாராய் கண்ணா' பாட்டுக்கான அபிநயம்தான்.

கையைத் தூக்கவும் காலை மடக்கவும் தசை, எலும்பு ஆகிய இரண்டின் செயல்பாடும் தேவை. இப்படியெல்லாம் செயல்பட வேண்டுமென்றால் மூளை கட்டளையிட, அதை நரம்புகள் தசைகளுக்கு உணர்த்த, தசைகள்தான் எலும்புகளை ஆட்டுவிக்கும். எனவே நட்டுவனார் உறுதியாக இருந்தால்தான் நாட்டியக்காரரும் பொலிவோடு விளங்குவார்.

சீரான, எளிய உடற்பயிற்சிகள் மூலம் எலும்புகளை உறுதியானதாக்கலாம். ஆனால் அதே சமயம் திடீரென்று ஒரேயடியாக அதிக வேலையைத் தசைகளுக்குக் கொடுக்க வேண்டாம்.

தெருவில் கால் வைத்தாலே ஆட்டோவிலோ, டாக்ஸியிலோதான் பயணம் எனும் ஒரு பெண்மணி திடீரென்று ஒரு நாள் 'பக்திக்கு பக்தி ஆச்சு, வாக்கிங்கிற்கு வாக்கிங் ஆச்சு' என்றபடி சுமார் 25 கிலோ மீட்டர் தூரம்

முறுக்குப் பொடி!



கை முறுக்கு (அ) தேன்குழல் - 12,
பச்சை மிளகாய் - 2,
உரித்த பூண்டுப் பல் - 3,
துருவிய தேங்காய் - ½ கப்

செய்முறை : மிளகாய், பூண்டு, முறுக்கு அனைத்தையும் மிக்ஸியில் போட்டு 2 நிமிடம் ஓடவிட்டு, பின் தேங்காய்ப் பூ சேர்த்து ஒரு நிமிடம் மிக்ஸி சுற்றியதும் நிறுத்தி விட்டு பின்னர் பொடித்த கலவையை நன்கு கிளறியபின் மாலை நேர காப்பியுடன் பரிமாறலாம். - பி. காந்திமதி.

Greenchef™

HOME APPLIANCES

இல்லத்தின் தேவைக்கு, அள்ளி செல்லுங்கள்
தரமான பொருட்கள், உங்கள் அடக்கவிலையில் !!

Fast Cooking and Save Fuel



Wrought Aluminium Pressure Cooker
Available in 3 to 12ltrs. and Pressure Pans



3 Burner Model
Stainless Steel LPG Stoves

Also available in Single, 2 and 4 burner



Metallic, Non Metallic
and High speed Ceiling Fans

GC-EVEREST

550 Watts



3 S S Jar Mixer Grinder
Unbreakable Polycarbonate Lid

Also available: 750 watts 3 SS Jar Mixer Grinder • Stainless Steel Kerosene Wick Stove

Distrigbutors: **Sagar Marketing,** Chennai-03 Ph: 044-25352131/25352132, Mob.9840879001, **Raj Marketing,** Coimbatore - 01. Ph: 0422-2476195/2476547, Mob.9443342660 / 984224299, **Sree Gurushanti Entereprises,** Pondicherry-01. Ph:0413-234128, 0413-3092444, Mob.9443234128, **Prabhav Marketing,** Cuddalore - 02 . Ph: 04142-396300, Mob.9894432291, **Vardhaman Agencies,** Vellore-04. Mob:9345300133, **Mateswari Marketing,** Madurai-01. Ph:0452-2629882, 3951965, Mob: 9344100262 / 9388868330, **Sri Murugan Agency,** Kumbakonam -01. Ph: 0435-2420463, 2424411, Mob.9894427826/9443125210, **Ashwin Agency,** Salem. Ph: 0427-2316838 Mob: 9842766377.

Available at all leading stores *Safe Cooking & Healthy Living*

மாங்காடு கோவிலுக்கு நடந்தே சென்றதில் கால் இழுத்துக்கொண்டு விட்டது. ஆக, தசைகளை வலுப்படுத்துவதற்காக இப்படிப்பட்ட முயற்சிகளில் இறங்கினால் தசைகள் வலிவும் அடையாது. வலியும் சேர்ந்து கொள்ளும்.

கால்ஷியம் எலும்பு நலத்துக்குத் தேவை என்று பலருக்குத் தெரியும். ஆனால் அதன் தேவை அளவுக்கதிகமாக பலரால் வலியுறுத்தப்படுகிறது. எலும்பு என்பது ஒருவித மினரலாலும் புரதத்தாலும் ஆனது. எனவே, உங்கள் உணவில் புரதச்சத்து நிறைய இருக்குமாறு பார்த்துக் கொள்ளுங்கள். வயதானவர்கள் "இனிமே இருக்கிற காலத்தை கிருஷ்ணா, ராமானு கழிக்க வேண்டியதுதான். இந்த வயசிலே நாக்குக்கு என்ன ருசி வேண்டி இருக்கு?" என்றபடி தயிர் சாதத்தையும் மோர் மிளகாயை மட்டும் நிரந்தர உணவாக ஆக்கிக்கொள்ளக் கூடாது. கிருஷ்ணரையும் ராமரையும் தாராளமாக நினையுங்கள். ஆனால் பருப்பு சாதம் சாப்பிடுங்கள். பருப்பில் புரதம் உண்டு. சோயாவாக இருந்தால் இன்னும் விசேஷம். அப்ஜக்ஷன் இல்லை என்றால் முட்டையில் உள்ள வெள்ளைக் கருவிலும் நிறையப் புரதம் உண்டு என்பதையும் கவனத்தில் கொள்க.

நாற்பத்தைந்து வயதிலிருந்தே பெண்களின் எலும்புகளில் தேய்மானம் தொடங்குகிறது (ஆண்களுக்குப் பரவாயில்லை, அறுபதில்தான்). இப்போதெல்லாம் எலும்பு நலத்துக்கான சிறந்த மாத்திரைகள் வந்து விட்டன. வைட்டமின் டி-3 மாத்திரைகள் நல்ல பலனளிக்கின்றன.

எலும்பு நலம் சரி, முதுகுப் பிடிப்பு என்று கட்டுரையைத் தொடங்கினீர்களே என்று கேட்கும் எமகாதகிகளுக்கு (அல்லது காதகர்களுக்கு) - இதோ அதற்குத்தான் வருகிறேன்.

சிலருக்கு உடலில் தலையைத் தவிர வேறெங்கே பிடிப்பு ஏற்பட்டாலும் அதை வாயுத் தொல்லை என்று வர்ணித்து ஆனந்தப்படுவதில் அலாதி ஆனந்தம். முதுகில் பிடிப்பு ஏற்பட்டாலும் கூட அனுமனின் தந்தையைத்தான் காரணமாக்குவார்கள்.

ஆனால் முதுகில் ஏற்படும் பிடிப்புக்குக் காரணம் நிச்சயம் வாயுத் தொல்லை அல்ல.

மற்றபடி முதுகுப் பகுதியில் இறுக்கம் உண்டானால் அது முதுகெலும்பில் உள்ள சில எலும்புகள் ஒன்றோடொன்று தேய்ந்து விடுவதனால் ஏற்பட்டிருக்கலாம். இதை 'ஆன்க்லையோஸிங் ஸ்பாண்டிலிடிஸ்' (anklyosing spondilitis) என்போம்.

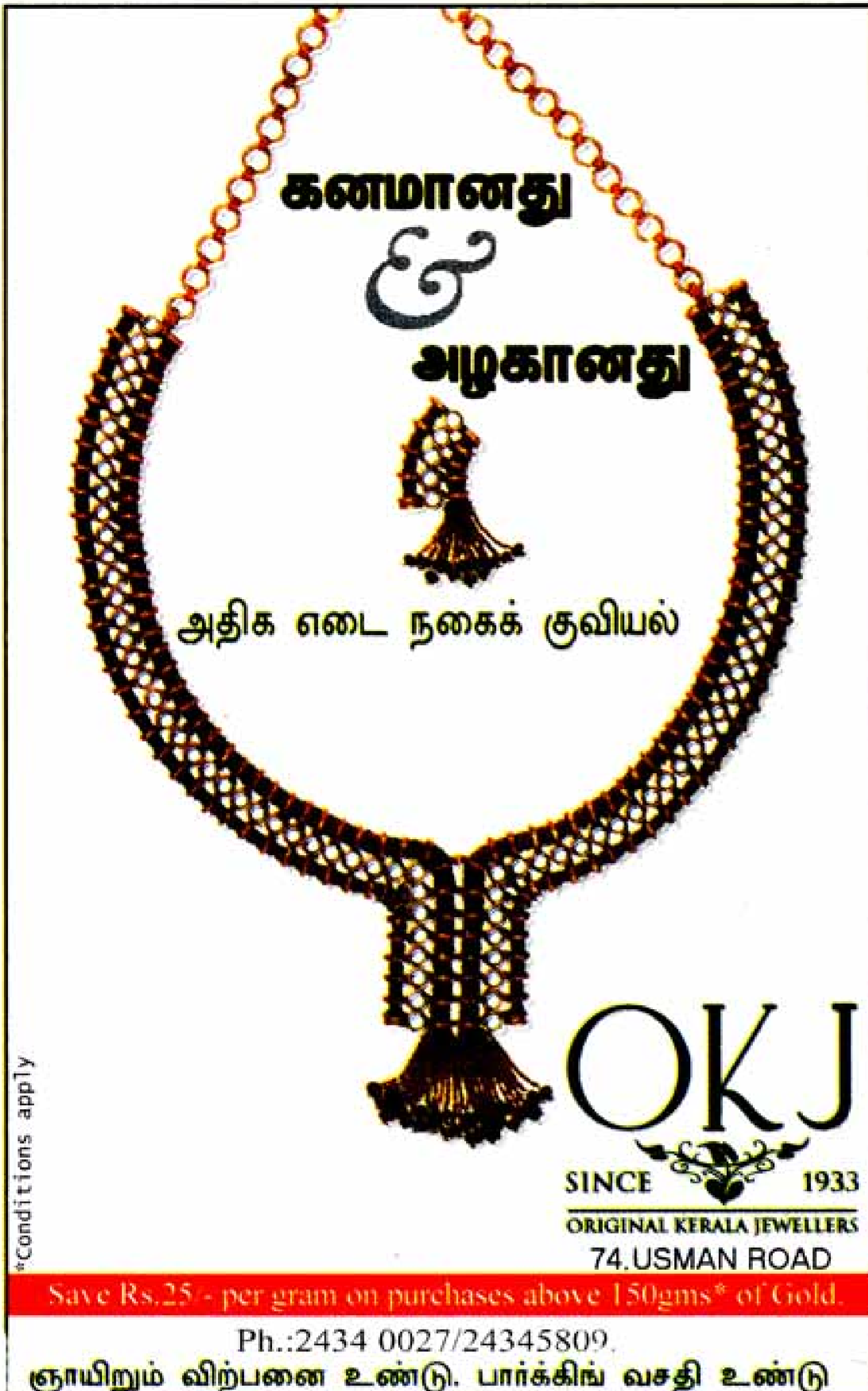
கழுத்திலிருந்து இடுப்பு வரை பின்புறம் எங்கே பிடிப்பு ஏற்பட்டாலும் அதை முதுகுப் பிடிப்பு என்றுதான் பலரும் சொல்கிறார்கள். வயிற்றை வலித்தால் அது வயிற்றுக் கோளாறு. ஆனால் முதுகில் பிடித்துக் கொண்டால் அது முதுகுக் கோளாறாக இருக்க வேண்டிய அவசியமில்லை.



மூட்டுவலி உள்ளவர்கள் கவனிக்க :

* மூட்டுப் பகுதியை நீவி விடக் கூடாது.
* உடம்பில் அதிக எடை கூடாது.
* சரியான முறையில் நிற்க வேண்டும்.
* குளிர்மிகு பானம், உணவுகள் உட்கொள்ளக் கூடாது.

- எஸ். செந்தில்


கனமானது
&
அழகானது
அதிக எடை நகைக் குவியல்
OKJ
SINCE 1933
ORIGINAL KERALA JEWELLERS
74.USMAN ROAD
Save Rs.25/- per gram on purchases above 150gms* of Gold.
Ph.:2434 0027/24345809
ஞாயிறும் விற்பனை உண்டு. பார்க்கிங் வசதி உண்டு
*Conditions apply

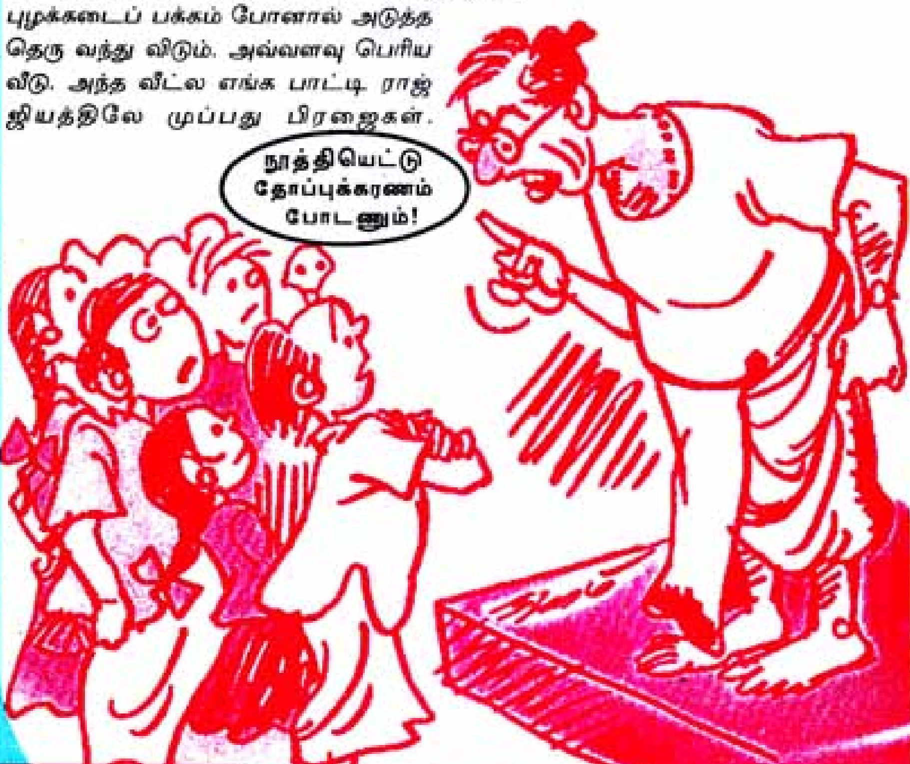
எங்க பெரியப்பா வீட்ல பாட்டி ஆட்சிதான் கொடிகட்டிப் பறக்கும். எங்க பாட்டிதான் அடிக்கடி, "மகத்து மங்கை ஜகத்தில இல்லேப்பா. அது ரொம்ப அபூர்வமாம்" என்று சொல்வார். தனக்கு 'மகம்'ங்கிறதுல பாட்டிக்கு ஒரு பெருமை.

எங்க பாட்டிக்கு பொறந்தது பதினாறு. தங்கியது என்னவோ ஒன்பது தான். அவங்களோட குழந்தைகளை (பேரன், பேத்திகளை) தன் கண்காணிப்பில் வைத்துக் கொண்டு ஒரு குட்டி ராஜ்ஜியமே நடத்தி வந்தார். பெரியப்பாதான் அந்த அரசிக்கு கல்லாப் பெட்டி கணக்குப் பிள்ளை, பைனான்ஷியர் எல்லாம். பாட்டி கேட்ட போது பணம் இருந்தால் கொடுப்பார். இல்லா விட்டால் பதிலே சொல்லாமல் போய் விடுவார்.

பாட்டி ராஜ்ஜியம் தான்

இரவு ஆபீஸிலிருந்து வந்தவுடன், "அம்மா, இந்தா பணம். காலைல நீ கேட்டபோது எங்கிட்ட சல்லிக்காசு இல்லே. எப்படி 'இல்லேன்னு' சொல்றது அதான் பதிலே சொல்லாம போயிட்டேம்மா. மன்னிச்சுக் கோம்மா" என்பார் பணிவுடன்.

எங்க பெரியப்பா இருந்த ஊர் கோயமுத்தூர் ராமநாதபுரம். பெரிய வீடு, அந்தக் காலத்தில் ஒரு வீட்டில் நுழைந்தால் புழக்கடைப் பக்கம் போனால் அடுத்த தெரு வந்து விடும். அவ்வளவு பெரிய வீடு. அந்த வீட்ல எங்க பாட்டி ராஜ்ஜியத்திலே முப்பது பிரஜைகள்.



ஆழாக்கு, கால் படி, அரைப் படி, ஒரு படி, மரக்கால் என்பது போல் பிறந்த குழந்தையிலிருந்து கல்யாண வயசு வரைக்கும் வரிசையாகக் குழந்தைகள்.

நடுஹாலில் கூடத்தில் இரண்டு இடத்தில் எப்போதும் ஜலகண்டேஸ்வரர் கோவிலில் இருப்பது போல் நீர் தேங்கியே இருக்கும். வற்றாது! புரியலையா? அதுதான் இரண்டு புடைவை தூளிகள் தொங்கிக் கொண்டிருக்கும்.

மேலும் அரசியலில் இருப்பது போல் பல மினிஸ்டர்கள் உண்டு. இருந்தாலும் எல்லோர் கயிறும் பாட்டி கையில்தான் இருந்தது. பாட்டி சொல் படித்தான் ஆட



ணும்!

எல்லாக் குழந்தைகளும் ஒரே மாதிரியாகவா இருப்பார்கள்? அதிலும் பல விதங்கள். முப்பது குழந்தைகள். ஒன்றாக ஒரே வீட்டில் இருப்பதென்பது சாதாரண விஷயமா? அங்கேயும் பல சண்டைகள், சச்சரவுகள் உண்டு. மிகவும் சுவாரஸ்யமான பல நிகழ்ச்சிகள்.

அந்த வீட்டுச் சாப்பாட்டு ஹாலில் முதலில் பாட்டி, அடுத்து பெரியப்பா, சித்தப்பா, அடுத்தடுத்து வயது பிரகாரம் உட்கார்ந்தபின், ஆண்களில் கடைக்குட்டி உட்கார்ந்தபின், அடுத்து பெண் கடைக்குட்டி. அடுத்தது கொஞ்சம் கொஞ்சமாக வயது பிரகாரம் பெண்கள் உட்கார்ந்த பின் கடைசியில் அந்த வீட்டு பெரிய பெண், எல்லோருக்கும் அக்கா அவர் உட்காருவார். "அரங்கேற்றம்" படத்தில் வருவது போல் 'ப' னா வடிவத்தில் உட்காருவார்கள்.

ஒருநாள் அப்படிச் சாப்பிட உட்கார்ந்த போது பெரியப்பா தட்டுக்குப் பக்கத்தில் ஒரு கொத்து முடி பறந்து வந்து விழுந்தது. யாரும் அதைக் கவனிக்கவில்லை. தட்டில் எல்லாம் பரிமாறிய பின்தான் சாப்பிட ஆரம்பிக்க வேண்டும். அதற்கு முன் தொடக்கூடாது. அப்படிச் சாப்பிட ஆரம்பிக்கும் சமயத்தில், பெரியப்பா, "யாரும் தொடக்கூடாது. முதலில் இந்தத் தலை முடி எப்படி இங்கு வந்ததுன்னு எனக்குத் தெரிந்தாக வேண்டும். யார் இதைப் போட்டது?" எனக் கேட்க, ஒருவரையொருவர் 'நான் இல்லை. நீ இல்லை'யென்று பார்த்துக் கொண்டிருந்தனர். யாரும் பதில் சொல்ல முன்வரவில்லை. ஆண்கள் தப்பித்தார்கள்.

தான் போடாத போது, "நான்தான் போட்டேன்" என்று பொய்யாக யார் ஒத்துக் கொள்வார்? மேலும் இத்தனை நாழி ஏன் பதில் சொல்லாமல் இருந்தாய் என அதற்கும் திட்டு விழும்.

ஆகையால் யாரும் முன்வந்து ஒத்துக் கொள்ளவில்லை.

பெரியப்பாவும் சாப்பிடவில்லை.

"எனக்குப் பதில் கிடைக்கும் வரைக் கும யாரும் சாப்பிடக் கூடாது" என்று உத்தரவு போட்டு விட்டு தானும் உட கார்ந்திருந்தார்.

பாட்டியும் சொல்லிப் பாரததார். "தெரிந்தே யாராவது இங்கு போடுவாா களா? அதுவும் சாப்பிடும் இடத்தில். காற் றுக்கு அது தானாகவே பறந்து வந்திருக் கும்" என சொல்லிப் பார்த்தார்.

பெரியப்பா விடுவதாய் இல்லை.

பொறுமையிழநத பாட்டி, "குழந தைகளா, நீங்க சாப்பிடுங்க. நானதாண்டா அந்த முடியைப் போட்டது" எனக கூறி விட்டுத் தானும் சாப்பிட ஆரம்பிக்க குழந்தைகள் முகத்தில் அடக்கமாட்டா சிரிப்பு.

ஏன் தெரியுமா?

எங்க பாட்டி தலை மழித்து நார்மடிப் புடைவை உடுத்துபவர். அவர் தன் முடி தான் வந்து விழுந்திருக்கிறது என்று சொன்னால் பசங்களுக்கு சிரிப்பு வரா மல் என்ன செய்யும்?

கை அலம்பும் இடத்தில் ஒரே சிரிப்பு. காக்காக் கூட்டம் போல் ஒரே சலசலப்பு. இன்றளவும் அது நினைவில் இருக்கிறது.

மாலையில் பாட்டியின் பொழுது போக்கு : கொஞ்சம் நேரம் சில பேரன் - பேத்திகளுடன் விளையாடுவார்.

ஆடுபுலி, பல்லாங்குழி, பகடை, பதிமூன்று சீட்டு, கேரம் என பல விளை யாட்டுகள் விளையாடுவார். எங்களுக்கும் சொல்லிக் கொடுப்பார்.

அந்தக் காலத்தில் க்ரந்தங்கள் என் பார்களே அதுபோல் ஐந்து அங்குல தடிமனான பெரிய நோட்டு புக். பெரிய வர்கள்தான் அதைத் தூக்க முடியும். அவ் வளவு பெரியது. அதில் பலவிதமான சுலோகங்கள், பாட்டுக்கள் எழுதி வைத் திருப்பார். தானே மாலை வேளைகளில் பாடுவார். ஆர்வமுள்ள குழந்தைகளுக்கு ஸ்லோகம், பாட்டு எல்லாம் சொல்லிக் கொடுப்பார்.

எங்க பாட்டியே எல்லோருககும் பாவாடை, சட்டை ஒரே மாதிரி தைத் துக் கொடுப்பார்.

பசங்கள அந்தச சட்டையைப் போட் டுக் கொண்டு பளளி, கல்லூரி போய் விட்டு வநது பாட்டியிடம் சண்டை பிடிப்பாாகள்.

ஆனால என்ன செய்வது? பெரிய குடும்பத்தில் வருவாயககுத் தகுநதாற போலதானே செலவு செய்ய முடியும்? மேலும் மூன்று வேளை வயிராற சாப் பாடு போட வேண்டும். படிக்க புத்த கஙகள், பீஸ் கட்ட வேண்டும். மேலும், பணடிகைகளில் பெண குழநதைகளுககு (நவராததிரி, பொஙகல) துணிமணிகள் எடுததாக வேணடும். தீபாவளிக்கு எல் லோருக்குமே எடுத்தாக வேண்டும். எத தனையோ செலவுகள்.

இதையெல்லாம் இப்போது நினைக் கும் போது மலைப்பாக இருக்கிறது. பாவம், பாட்டியும் பெரியப்பாவும் எப்படித்தான் சமாளித்தார்களோவென்று யோசிக்க வைக்கிறது.

குழந்தைகள் யாராவது தப்பு செய் தால் அடி, திட்டெல்லாம் கிடையாது. ஆனால் 108 தோப்புக்கரணம் போட வேண்டும். பிரம்படி உண்டு என்று பய முறுத்தியே வழிக்குக் கொண்டு வந்து விடுவார் பெரியப்பா.

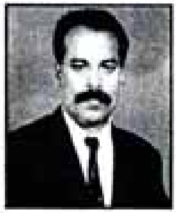
இன்னும் எத்தனையோ பல விஷ யங்கள், நிகழ்ச்சிகள். இந்த அறுபது வயதில் பழைய இளமைப் பருவத்தை அசைபோட்டுக் கொண்டிருக்கும் போது சந்தோஷமாகவும், சிரிப்பாகவும் இருக் கிறது. எவ்வளவு மகிழ்ச்சியான வாழ்க்கை.

இப்போதும் அறுபது அறுபத்தைந்து வயதிலும் கூட ஒருத்தரையொருததர் சந்திக்க நேரிட்டால், "அந்தக் காலத்திலே கோயமுத்தூர்ல - பெரியப்பா வீட்டல" என்று ஏதாவது ஒரு விஷயம் கண்டிப் பாக ஞாபகம் வந்து அந்தப் பசுமையான நினைவுகளைப் பற்றிப் பேசவைத்து விடும்.

- மாயா சேகர்

நீங்கள் நினைத்த காரியம் கைகூட வேண்டுமா?

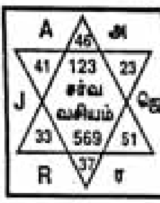
இவரை ஒருமுறை சந்தியுங்கள். உங்கள் வாழ்க்கையில் ஒரு மிகப்பெரிய திருப்பத்தை, வெற்றியை மிக விரைவில் அடைவீர்கள்.



நீங்கள் நினைத்த காரியம் கைகூட வேண்டுமா? கோவை மாவட்டம், அன்னூர் - பு. புளியம்பட்டிக்கு அருகில் உள்ள கணுவக்கரையில் வசிக்கும் அதிர்ஷ்ட நியூமராலஜி மாமேதை கே.ஆர்.பிரபாகர் ராஜ் அவர்களைச் சந்தித்து நியூமராலஜி, பெயர் வசியம், சைன், கையெழுத்து வசியம், தொழில் வசியம் செய்து கொண்டால் நீங்கள் நினைத்த காரியங்கள் அனைத்திலும் வெற்றிமேல் வெற்றிபெறலாம்.

தொழில் முடக்கம், வியாபார மந்தம், உத்தியோகத்தில் தடை, வெளிநாடு செல்லத் தடை, கணவன் மனைவிக்குள் கருத்து வேறுபாடு, தாம்பத்யக் கோளாறு, திருமணத் தடை, குழந்தை பாக்கியம் இல்லாமை, எதிர்ப்பு, கோர்ட் வழக்கு.

மேலும் புகழ் இல்லாமை, முன்னேற்றத் தடை, செய்வினை, மாந்திரீக பாதிப்பு, தீய சக்திகளால் பாதிப்பு, ஊழ்வினை கர்மா, முன் ஜென்மப் பாவம் மேலும் அனைத்துப் பிரச்சினைகளுக்கும் மிகநல்ல முறையில் தீர்வு தருகிறார்.



இவரால் தொழில் வசியம் செய்யப்பட்ட அனைத்துத் தொழில் நிறுவனங்களும் இன்று முன்னணியில் வெற்றிகரமாக இயங்கிக் கொண்டிருக்கின்றன.

இவரிடம் பெயர் வசியம் செய்து கொண்டவர்கள் பலரும் இன்று கலைத் துறையிலும், அரசியலிலும் புகழ்பெற்று விளங்குகிறார்கள். இராஜவசிய உச்சாடனப்படி அதிர்ஷ்டப் பெயர் அமைத்துக் கொண்டவர்கள் பலரும் இன்று மிகப்பெரிய கோடீஸ்வரர்களாகவும், சாதனையாளர்களாகவும் திகழ்கிறார்கள்.

வெற்றியடைய முடியாத பல காரியங்களைச் சவால்விட்டுச் சாதித்துக் கொடுத்துள்ளார்.

ஆண்-பெண் எந்தத் தேதியில் பிறந்தவராக இருந்தாலும் அவர்கள் திருமணம் செய்த நாளின் கூட்டு எண் (திருமணத் தேதி, மாதம், வருடம் மூன்றையும் கூட்டிவரும் எண்) 2, 4, 5, 7, 8 வரும் நாளில் கண்டிப்பாகத் திருமணம் செய்யக்கூடாது. அப்படிச் செய்தால் சோதனைகளும், போராட்டங்களும் நடக்கும். இதிலிருந்து விடுபட இவர் சொன்னபடி 'மறுமாங்கல்ய பூஜை' செய்து கொண்டவர்கள் அனைவரும் இன்று சிறப்புடனும், செல்வச் செழிப்புடனும் வாழ்ந்து கொண்டிருக்கிறார்கள்.

நீங்களும் வாழ்வில் வளம்பெற, பணம், பதவி, புகழ் பெற உடனே (அதிர்ஷ்டக்கலை) அதிர்ஷ்ட நியூமராலஜி நிபுணரை இன்றே சந்தியுங்கள்.

விஞ்ஞான, மெய்ஞான, தெய்வீக ஆய்வு முறையில் நியூமராலஜி, நேமாலஜி, சைன், தொழில் வசியம், பெயர் வசியம், இராஜவசியம், சர்வ காரியசித்தி வசியம், ஜனவசியம், மேக்பவர், கையெழுத்து வசியம், பெயர்எண் வசிய சக்திகள், மந்திர எண்கணிதம் போன்றவற்றின் மூலம் மிக நல்ல முறையில் அனைத்துப் பிரச்சனைகளுக்கும் தீர்வு தருகிறார்.

இவரது புத்தகங்களை வாங்கிப் படியுங்கள்.

1. அதிர்ஷ்ட பெயர் எண் சாஸ்திரம் (தமிழ், ஆங்கிலம், தெலுங்கு) ரூ. 300/-. 2. வெற்றிக்கு வழி ரூ. 1,050/-. 3. பணம், பதவி, புகழ் ரூ. 550/- தபால் மூலம் பெற M.O. செய்யுங்கள். வெளிநாடுகளிலும் கிடைக்கும்.

உலகப்புகழ் அதிர்ஷ்ட நியூமராலஜி மாமேதை கே.ஆர்.பிரபாகர் ராஜ் அவர்களைச் சந்தித்து வாழ்வில் வெற்றிமேல் வெற்றிகளைக் குவியுங்கள்.

வெளிநாட்டு அன்பர்கள் போன் (அல்லது) தபால் மூலம் தொடர்பு கொண்டு பயனடையுங்கள்.

வாழ்வில் முன்னேற வந்து சந்தியுங்கள்.

சென்னையில்
பிரதி மாதம் 6, 7
தேதிகளில் மட்டும்
ஹோட்டல் தாசப்பிரகாஷ்
செல்: 94430 56366

பெங்களூரில்
பிரதி மாதம் 21, 22
தேதிகளில் மட்டும்
ஹோட்டல் உட்லண்ட்ஸ்
செல்: 094430 56366



உங்கள் வெற்றிக்கு வழிகாட்டும்
"நியூமராலஜி மாமேதை" - கே.ஆர். பிரபாகர் ராஜ்
நியூமராலஜி - பெயர் எண் வசிய சக்திகள் - தொழில் வசியம்

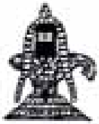


கே.ஆர். பிரபாகர் ராஜ்
நல்லாந் தோட்டம், கணுவக்கரை (P.O.) - 638 459.
பு. புளியம்பட்டி (Via), கோயமுத்தூர் (Dt.), TAMIL NADU - INDIA
Ph.: 04254 - 287258. Cell: (0) 94430 56366 Fax: 04254 - 287258

வார விடுமுறை: புதன், வியாழன்

வெற்றிக்கு வழி

மகாசிவராத்திரி யாத்திரை



டெல்லி - மதுரா - ஆக்ரா
ஹரித்வார் - ரிஷிகேஷ்
காசி - அலஹாபாத் - கயா

13 நாட்கள் புறப்பாடு 19-02-2006
சிறப்பு இரயில் கோச் கட்டணம் ரூ. 8500
தங்குமிடம், உணவு, சுற்றிப்பார்க்க பஸ்

ஷீரடி பாபா தரிசனம்



4 நாட்கள் யாத்திரை
ஷீரடி, சனி சிங்கனாப்பூர்
(சுயம்பு சனீஸ்வரன்)
மற்றும் ஸ்ரீ மகா கணபதி
(அஷ்ட விநாயகர்)
புறப்பாடு 1-3-2006
கட்டணம் ரூ. 1950
இரயில் கட்டணம், தங்குமிடம், உணவு, சுற்றிப்பார்க்க பஸ்

கோடை சிறப்பு ரயில் AC கோச் சேவை

காசி - கயா - அலஹாபாத் - ஹரித்வார்
ரிஷிகேஷ் - பத்ரிநாத் - கேதார்நாத்
டெல்லி - மதுரா - ஆக்ரா
17 Days Dep. 29-4-2006 Rs. 17900

காசி - கயா - அலஹாபாத் - ஹரித்வார்
ரிஷிகேஷ் - மணாலி - அமிர்தசரஸ்
டெல்லி - மதுரா - ஆக்ரா
17 Days Dep. 29-4-2006 Rs. 18700

சிக்கிம் - டார்ஜிலிங் - கொல்கத்தா
பூரி - கொனாரக் - புவனேஸ்வர்
12 Days Dep. 15-5-2006 Rs. 15900

இரயிலில் மூன்றாம் வகுப்பு AC கோச், தங்கும் அறை AC வசதி,
தென்னிந்திய சைவ உணவு, சுற்றிப்பார்க்க பஸ் வசதி

For Bookings contact

Travel Times (India) P. Ltd

மத்திய அரசு சுற்றுலா துறையின் அங்கீகாரம் பெற்ற நிறுவனம்
11, Club House Rd, Anna Salai, Chennai-2.
Ph : 28461213, 28461131, 28461113
Madurai : 5391228 Salem : 2416647

பெண்களுக்கு ஓர் நற்செய்தி!

பெண்களே உங்கள் எடை குறைய வேண்டுமா?

உங்கள் எடையை ஒரே மாதத்தில் 5 முதல் - 12 கிலோ வரை குறைத்து மெல்லிய மேனியை பெறவும்.

முகத்தில் ஏற்படும் தோல் சுருக்கங்கள் / விழுதலை Face Lifting மெஷின் மூலம் டைடனிங் செய்தல். இதனால் கரும்புள்ளிகள் / பருக்கள் நீங்கும்.

புது வருட சிறப்பு சலுகை...

புது வருட சலுகையாக
ஒரு (பேக்கேஜிக்கு)
பத்து சிட்டிங் இலவசம்

SLIM & CAARE
WE CARE LOT FOR YOU...

Contact: G. RISHITHA

26/12A, Elegant Apartments, Hindi Prachar Sabha Road, T.Nagar,
Chennai - 17. Ph: 24332838 Mobile : 9444413224

Client இன் உடல் தன்மையை பொறுத்தும்
ஒத்துழைப்பை பொறுத்தும் எடை குறைவது மாறுபடும்.

Your Care is our concern

Visit once and experience the care

ஸ்பெஷல் உணவு!

ஆப்பிள், லவங்கம், சோயா மில்க் ஷேக்

ஆப்பிள் - 3, சோயாமில்க் (குளிர்ந்தது) - 1 கப், கொழுப்பு நீக்கிய பால் - 2 கப், லவங்கப்பட்டைப் பொடி - ½ டீஸ்பூன், செயற்கை இனிப்பு - தேவையான அளவு.

செய்முறை : ஆப்பிள் துண்டுகளையும், செயற்கை இனிப்பையும் சேர்த்து மிக்ஸியில் சிறிதளவு பாலுடன் கூழாக்கவும். அதில் லவங்கப்பட்டைப் பொடி, சோயா மில்க், கொழுப்பு நீக்கிய பால் ஆகியவற்றைச் சேர்த்துப் பரிமாறவும்.



பாசிப்பயறு பனீர் சூப்

பாசிப் பயறு - ½ கப், பனீர் துருவல் - 2 டேபிள் ஸ்பூன், சீரகம் - 1 டீஸ்பூன், கடுகு - ½ டீஸ்பூன், பெருங்காயம் - ¼ டீஸ்பூன், பச்சை மிளகாய் - ½ டீஸ்பூன், கறிவேப்பிலை - 4, 5, எலுமிச்சைச் சாறு - 1 டீஸ்பூன், எண்ணெய் - 2 டீஸ்பூன், உப்பு - தேவைக்கேற்ப. கொத்துமல்லி - 2 டீஸ்பூன்.

செய்முறை : பாசிப் பயறை ஊற வைத்து 3 கப் தண்ணீர் சேர்த்துக் குழைய பிரஷர் குக்கரில் வேகவிடவும்.

நான்ஸ்டிக் பேனில் கொஞ்சம் எண்ணெயைச் சூடாக்கி சீரகம், கடுகு பொரிய விடவும். பிறகு பெருங்காயம், பச்சை மிளகாய், கறிவேப்பிலை சேர்த்து வதக்கவும்.

வெந்த பாசிப் பயறைச் சேர்த்து எலுமிச்சைச் சாறு, பனீர், உப்பு சேர்த்து, மேலும் 1 கப் தண்ணீர் சேர்த்து 5 நிமிடங்கள் குறைந்த தீயில் கொதிக்க விடவும்.

மசாலா கறி

பாகற்காய்த் துண்டங்கள் - 1 கப், வெங்காயம் பொடியாக நறுக்கியது - 1 கப், தக்காளி நறுக்கியது - ½ கப், மிளகாய்த்தூள் - 1 சிட்டிகை, தனியா, சீரகப் பொடி- சிறிதளவு, மஞ்சள் தூள் - 1 சிட்டிகை, செயற்கை இனிப்பு - 1 சிட்டிகை, எண்ணெய் - 2 டீஸ்பூன், உப்பு - தேவையான அளவு.

பாகற்காய்த் துண்டங்களில் உப்புப் பிசறி 10 நிமிடங்கள் வைக்கவும். ஒரு துணியில் பாகற்காய்த் துண்டங்களை ஒற்றி எடுக்கவும். தண்ணீரைத் துணி உறிந்து கொள்ளும். எண்ணெயைச் சூடாக்கி அதில் பாகற்காய்த் துண்டுகளைப் பொன்னிறமாகப் பொரிக்கவும். வெங்காயத்தைப் போட்டு வதக்கி

சந்தைக்குப் புதுசு

இனிப்பு துளசி!

சர்க்கரை நோயுள்ளவர்களுக்கு இது ஓர் இனிப்பான செய்தி! அறிவியல் பெயர் : ஸ்டீவியா ரீபௌடியானா, ஆங்கிலத்தில் : ஹனி லீஃப், தமிழில் : இனிப்பு துளசி என்றழைக்கப்படும் ஒரு வகை மூலிகைச் செடி சர்க்கரைக்கு மாற்றாகச் செயல்படுகிறது! இந்தச் செடியின் பச்சை இலைகளைப் பறித்து, வெயிலில் காயவைத்து, பொடியாக்கி பல்வேறு வடிவங்களில் பொருள்கள் தயாரிக்கப்படுகின்றன. இவை பொடியாக, திரவமாக சத்துமிகு பானமாக, டீத்தூளாக என்று தயாரிக்கப்பட்டு சர்க்கரைக்குப் பதிலாகப் பயன்படுத்தப்படுகிறது. இந்தியாவில் இத்தகைய பொருள்கள் ஏ.எஸ்.ஆர். ஹெர்பல்ஸின் ஏ.எஸ்.ஆர். ஸ்டீவியர் என்ற பெயரில் விற்பனைக்கு வருகிறது.

இது ஒரு கலோரியற்ற இயற்கை இனிப்பு! மேலும் வாய் நோய்களை உண்டாக்கும் கிருமிகளிடமிருந்து காப்பாற்றி வாய் சுகாதாரத்தையும் மேம்படுத்துகிறதாம்.

கலோரியற்ற இந்த ஸ்டீவியர் பொருள்கள் நீரிழிவு நோயாளிகளுக்கு ஒரு வரப்பிரசாதமாகும் என்றால் அது மிகையில்லை.

(தொடர்பு கொள்ள வேண்டிய தொலைபேசி எண் : 9334882601)





மற்றவற்றையும் சேர்த்து நன்றாக வதக்கி எடுக்கவும்.

பூரண போளி

மேல் மாவுக்கு : முழுக் கோதுமை - 1½ கப், கொழுப்பு நீக்கிய பால் - 4 டேபிள் ஸ்பூன்,

பூரணத்திற்கு : கடலைப் பருப்பு - 1 கப், செயற்கை இனிப்பு - 3 டீஸ்பூன், கோதுமை மாவு - புரட்டிக் கொள்ள, நெய் - 1½ டீஸ்பூன்.

செய்முறை : முழுக் கோதுமை மாவில் பாலும், தண்ணீரும் சேர்த்து மெத்தெனப் பிசைந்து வைக்கவும். 8 பாகங்களாகப் பிரித்துக் கொள்ளவும். கடலைப் பருப்பைக் கழுவி 1 மணி நேரம் ஊற வைத்து நன்றாக வேகவிடவும். பிறகு அதனை மசித்து அதில் செயற்கை இனிப்பைச் சேர்த்துக் கலக்கவும்.

ஒரு மாவுருண்டையை சப்பாத்தி போல் அப்பளக் கல்லில் இட்டுப் பூரணத்தை வைத்து மூடவும். மாவில் தோய்த்துச் சிறு போளிகளாக இட்டு, இலேசாகத் தோசைக் கல்லில் வாட்டி எடுக்கவும்.

- உஷா சரவணன்

சிவராத்திரியன்று 'கோவிந்தா கோபாலா' என்றபடி பக்தர்கள் கூட்டம் கூட்டமாக சிவனைத் தேடி ஓடுகிறார்களாம் என்ற சேதியே அதிசயமாக இருக்கிறது. கன்யாகுமரி மாவட்டத்தில் உள்ள திருமலை, திக்குறிசி, திருப்பரப்பு, திருநந்திக்கரை, பொன்மனை, பன்னிப்பாகம், கல்குளம் (பத்மநாபபுரம்), மேலன்கோடு, திருவிடைக்கோடு, திருவிதாங்கோடு, திருப்பந்திரிக்கோடு (பள்ளியாடி), திருநட்டலம் ஆகிய பன்னிரண்டு சிவாலயங்களை 'துவாதசாலயம்' என்று குறிப்பிடுகிறார்கள்.



அரியும் சிவனும் ஒண்ணு...

சிவராத்திரி நாளில், பக்தர்கள் கையில் ஒரு பனைவிசிறி எடுத்துக் கொண்டு திருமலையில் தொடங்கி ஒரே நாளில் எழுபத்தைந்து கிலோ மீட்டர் தூரம் ஓடி இந்தப் பன்னிரண்டு ஆலயங்களையும் தரிசிப்பது வழக்கமாக இருக்கிறது. இதுபற்றிய வரலாறும் வினோதமாக இருக்கிறது.

தான் செய்யும் அச்வமேத யாகத்துக்காகப் புருஷாமிருகத்தைக் கொண்டு வரும்படித் தருமர் தனது தம்பி பீமனிடம் சொல்ல, அது அவ்வளவு எளிதான காரியம் அல்ல என்பதால், பீமன் கிருஷ்ணரது உதவியை நாடினான். புருஷாமிருகமான வ்யாக்ரபாதரோ ஆழ்ந்த சிவபக்தர். ஆனால் விஷ்ணுவை வெறுப்பவர். சிவனும் விஷ்ணுவும் ஒன்றே என்பதை உலகுக்குப் புகட்ட கண்ணன் ஒரு நாடகம் ஆட நினைத்தான்.

பீமனிடம் பன்னிரண்டு சிவலிங்கங்களைக் கொடுத்து, "எப்போதெல்லாம் என் உதவி தேவைப்படுகிறதோ அப்போதெல்லாம் ஒரு சிவலிங்கத்தைக் கீழே போடு" எனக் கூறினாராம்.

காட்டுக்குள் புலிக்கால்முனி நிஷ்டையில் இருந்த போது பீமன், "கோவிந்தா கோபாலா!" என்று கூறியபடி மெதுவாகப் பிடிக்க முற்பட்டானாம். விஷ்ணுவின் நாமத்தைக் கேட்டதும் கண்விழித்துக் கோபத்துடன் புருஷாமிருகமும் பீமனைக் கூரிய நகத்தால் பற்றவும் அஞ்சிய பீமன்



ஒரு சிவலிங்கத்தைக் கீழே போட்டானாம். சிவலிங்கத்தைக் கண்டதும் பக்தி மேலீட்டால் அதனை வணங்கிய வியாக்ர பாதர், "என்னை விட்டு ஒரு காதம் தள்ளியே இருக்க வேண்டும். அருகில் வந்தால் பிடித்துக்கொள்வேன்" என கூற இப்படியே பன்னிரண்டு இடங்களில் பன்னிரண்டு சிவாலயங்கள் எழுந்தன. இறுதியில் புருஷாமிருகம், தன்னைப் பற்றவந்த பீமனைப் பிடித்த போது, அவனுடைய ஒருகால் புருஷா மிருகத்தின் எல்லைக்குள்ளும் மறுகால் வெளியிலும் இருந்தது. நியாயம் கூறத் தருமனை அழைத்தபோது, நியாயம் தவறாத தருமனும், பீமனுடைய பாதி உடல் புலிக்கால் முனிக்கே சேரும் எனத் தீர்ப்புக் கூற அதுகண்டு மகிழ்ந்து அவராகவே வேள்விக்கு வந்து நிறைவு சேர்த்தாராம். அதோடு சங்கரநாராயணரையும் கண்டு வணங்கி மனம் மாறினாராம்.

வியாக்கிரபாதர் வசித்த இடம் முனீச்வரன்பாறை என்று இன்றும் விளங்குகிறது. முஞ்சிறை எனப்படும் திருமலையில் சிவனும் விஷ்ணுவும் தனித்தனியாக விளங்குகின்றனர். இங்கு வந்து தங்கி இவைறனிடம் பிள்ளைவரம் கேட்டு அங்கேயே மகனை ஈன்றதனால் தன் மகனுக்கு, "திருமலைநாயக்கன்" எனப் பெயரிட்டாளாம் அரசியான அவனது தாய். அவள் வாழ்ந்த மாளிகை இன்றும், "உத்தச்சிககோட்டை" எனச் சிதிலமடைந்த நிலையில் காணப்படுகிறது.

பன்னிரண்டாவதான திருநட்டலத்தில் சிவனும் விஷ்ணுவும் சரிபாதியாக சங்கரநாராயணனாக அருள்பாலித்திடக் காணலாம். இரு சக்திகளும் ஒன்றெனக் காட்டும் இந்த பன்னிருதலங்களிலும் சிவராத்திரியன்று நெய்யபிஷேகம் நடைபெறும். பன்னிரண்டு ஆண்டுகட்கு ஒருமுறை எல்லாக் கோயில்களிலும் ஒரே நேரத்தில் அபிஷேகம் நடைபெறுவது பெருஞ்சிறப்பு. இந்த ஓட்டத்தைப் பல வருடங்களாக மேற்கொண்டு வரும் பெரியவர் நம்மிடம் இத்தனை விஷயங்களையும் பொறுமையோடு சொன்ன போது நம்மால் செய்ய முடிந்தது "கோவிந்தா! கோபாலா!" என்று சொல்லிக் கொண்டே அவரை வணங்கியது ஒன்றுதான்!

- வல்சலா டாரார்

டிப்ஸ்

மைக்ரோவேவ் சமையல்

மைக்ரோவேவில் சுலபமான சமையலுக்கு சூப்பர் டிப்ஸ்களை அள்ளி வழங்குகிறார்கள் வாசகியர்.



1. அப்பளம் சுட்டது போல் வேண்டுமானால் அப்பளத்தில் இலேசாகத் தண்ணீர் தடவி ஒன்றின் மேல் ஒன்றாக 5, 6 அப்பளங்களை டேர்ன் டேபிளின் (மைக்ரோவேவ் ஓவன்) நடுவில் வைத்து மைக்ரோ ஹையில் 1 நிமிடம் வைத்தால் அழகாகப் பொரிந்து விடும்.

2. எண்ணெயில் பொரித்தது போல் வேண்டுமானால் 5, 6 அப்பளங்களில் இலேசாக எண்ணெய் தடவ வேண்டும்.

3. முதல் நாளோ (அ) காலையிலோ செய்த சப்பாத்திகள் மீந்து விட்டால் சப்பாத்திகளை நல்ல மெல்லிய டவலில் சுற்றி ஓவனில் நடுவில் வைத்து மைக்ரோ ஹையில் ஒன்றரை நிமிடம் வைத்தால் அப்பொழுதுதான் செய்தது போல் ரொம்பவும் சாஃப்ட்டான சப்பாத்திகள் ரெடி.

4. கறிவேப்பிலை, புதினா, வெந்தயக்கீரை போன்றவற்றை நன்கு ஆய்ந்து கழுவி ஈரம் போக துடைத்து நிழலில் காயவைத்து பின் மைக்ரோ ஓவனில் பேப்பர் பிளேட்டில் வைத்து மைக்ரோ ஹையில் 1 நிமிடம் வைத்தால் நன்கு உலர்ந்து விடும். இதனை பாட்டிலில் போட்டு வைத்து வேண்டும் போது உபயோகிக்கலாம்.

5. சில சமயம் மசாலா குழம்புகள் செய்தவுடன் ஓவனைத் திறந்தால் வாசனை இருந்து கொண்டே இருக்கும். வாசனை போக வேண்டுமானால் சின்ன (மைக்ரோ சேஃப்) கிண்ணத்தில் 1 டீஸ்பூன் வினிகர் ஊற்றி, தண்ணீர் கலந்து மைக்ரோ ஹையில் 1 நிமிடம் வைத்தால் மசாலா வாசனையே இருக்காது. எலுமிச்சை ஜூஸ் கூடச் சேர்த்து வைக்கலாம்.

6. எல்லாவற்றிலும் முக்கியம் ஓவனை ஆஃப் பண்ணியதும் ஸ்டாண்டிங் டைம் என்று உணவை 3 முதல் 4 நிமிடங்களாவது



ஓவனிலேயே வைக்கவும். ஓவனிலிருந்து வெளியே எடுத்தவுடன் உணவுப் பொருட்களை உடனே உண்ணாமல் 2, 3 நிமிடங்கள் கழித்து உபயோகிக்கவும் (சாப்பிடவும்).

- வைதேஹி ரமணி.

7. கன்டன்ஸ்ட் மில்க்கை ஒரு மைக்கேராவேவ் பாத்திரத்தில் ஊற்றி மூன்று நிமிடங்கள் வைத்து மைக்ரோ வேவை நிறுத்தி திறந்து கிளறி விடணும். இந்த மாதிரி நான்கு முறை செய்தால் திரட்டுப்பால் ரெடி.

8. தேங்காயை உடைத்து இரண்டு மூடிகளையும் மைக்ரோவேவ் இரண்டு நிமிடங்கள் அடுப்பில் வைத்து எடுத்தால் தேங்காய் பருப்பு தானாகவே கழண்டு வந்து விடும்.

9. மண்டை வெல்லத்தை மைக்ரோ வேவ் பாத்திரத்தில் போட்டு 30 செகண்டு கள் மைக்ரோவேவை ஓடவிட்டால் வெல்லம் நன்றாக இளகிவிடும்.

- மரகதம்

10. மைக்ரோவேவ் ஓவனில் மிகச் சுலபமாக 'மோர்க் கூழ்' செய்யலாம். அரிசி மாவினை புளித்த மோரில் தோசை மாவு பதத்தில் கரைத்து, அதில் மோர் மிளகாய், கடுகு இவற்றைத் தாளித்து கலந்து முதலில் 3 நிமிடம் மைக்ரோவேவ் வில் வைக்கவும். பிறகு வெளியில் எடுத்து ஒரே ஒரு ஸ்பூன் எண்ணெய் விட்டு நன்றாகக் கலக்கி 2 நிமிடம் வைக்கவும். பிறகு கையில் ஒட்டாமல் இருக்கிறதா என்று பார்க்கவும். கையில் ஒட்டினால் நன்றாக கிளறி மறுபடியும் 2 நிமிடம் வைக்கவும். சுலபமாக எளிதாக சுவையாக 'மோர்க் கூழ்' தயாராகி விடும்.

- உஷா முத்துராமன்

11. சுலபமுறை புளிகாய்ச்சல் : சிறிய சாத்துக்குடி சைஸ் புளியை 1 தம்ளர் தண்ணீரில் ஊறவைத்து, நைசாக அரைத்து வடிகட்டவும். இதைக் கண்ணாடி பாத்திரத்தில் ஊற்றி 10 நிமிடங்கள் வைக்கவும். அதற்குள் ஒரு வாணலியில், 2 ஸ்பூன் தனியா, 15 மிளகாய் வற்றல், 2 ஸ்பூன் எள், சிறு கட்டி பெருங்காயம் ஆகியவற்றை வறுத்து அத்துடன் அரை ஸ்பூன் வெந்தயத்தையும் வறுத்து நைசாகப் பொடித்து, சுண்டிய புளியுடன் சேர்த்துக் கலந்து 2 நிமிடங்கள் 'ஹை'யில் வைக்கவும். வாணலியில் 4 ஸ்பூன் நல்லெண்ணெய் விட்டு, கடுகு, 1 ஸ்பூன் கடலைப் பருப்பு, 2 ஸ்பூன் வேர்க்கடலை, கறிவேப்பிலை சேர்த்து தாளித்து, இதை புளிக்கலவையில் சேர்த்துக் கிளறி, மீண்டும் 2 நிமிடங்கள் வைத்து எடுக்க, எண்ணெய் பிரிந்து சுண்டிய நிலையில் புளிக்காய்ச்சல் ரெடி.

- ஜெயந்தி நாகராஜன்.

12. உருளைக்கிழங்கு வறுவல்: இரண்டு பெரிய உருளைக்கிழங்கை தோல் சீவி சதுர வில்லைகளாக நறுக்கி மைக்ரோ ஹையில் 2 நிமிடம் வைக்கவும். பிறகு எடுத்து 1 ஸ்பூன் எண்ணெய் விட்டு தேவையான மிளகாய்ப் பொடி, உப்பு சேர்த்து 1 நிமிடம் வைக்கவும். (குறைந்த எண்ணெயில் 3 நிமிடத்தில் சுவையான வறுவல் ரெடி.)

13. அவியல் : அவியலுக்குத் தேவையான காய்கறிகளை (அவரவர் விருப்பத்திற்கேற்ப) தயாராக நறுக்கி வைத்துக் கொண்டு காய்கறிகளின் அளவுக்கேற்ப 2 அல்லது 3 நிமிடங்கள் வேகவைத்துக் கொள்ள வேண்டும். பிறகு தேங்காய் சேர்த்த மசாலாவுடன் எல்லாக் காய்கறிகளையும் சேர்த்து 2 நிமிடம் வைத்து எடுத்தால், சத்துள்ள அவியல் ரெடி.

- அன்னம் காந்தி

கூட்டு, குழம்பு ஆகியவற்றுக்கு அரிசி மாவைக் கரைத்து விடுவதற்குப் பதிலாக பொட்டுக்கடலை மாவை சேர்த்து விட்டால் சீக்கிரம் ஊசிப் போகாது. சுவையாகவும் இருக்கும்.

-பி. ஜோதிபாய்.





மணமகள் தேவை

◆ Iyer bachelor, Vadama, Srivatsa, Poorattadhi, Born January 1960, Young Looking 167cms, B.Com., Officer, Reputed Company, Rs. 25,000/-p.m. seeks educated bride employed/unemployed. Subsect no bar. Box No. 11957

◆ Iyer, Kousika, Poorattathi, Kumbha Rasi, 31/175, B.E. (Bombay), M.S. (Canada). Software Engineer, Canada, Clean habits, Religious, Vegetarian seeks good-looking girl, professionally qualified/Post-graduate/Graduate, Soft Spoken, Good-natured, cultured, Traditional with good family background. Send horoscope Bio-data Mentioning Birth Date, Time and Place with family Details. Box No. 11958

◆ ஐயர், பிரஹசரணம், பாரத்வாஜம், புனர்பூசம்-2, 31/5.5', ஐரோப்பிய யூனியன் பிரதேசம் ஒன்றில் குடியிருப்பவர், நல்ல வசதியுள்ள குடும்பத் தொழிலில் ஈடுபட்டுள்ள பையனுக்கு, பொருத்தமான, குடும்பப்பாங்கான ஆங்கிலம், மற்றும் கம்ப்யூட்டர் ஆற்றல் மிக்க பெண் தேவை. பையனும் பெற்றோரும், டிசம்பர்/ஜனவரியில் தமிழகத்தில் இருப்பார்கள். பெட்டி எண் : 11959

◆ ஐயர், ஆத்ரேய, 155 செ.மீ., 34 வயது. மாதம் ரூ. 15,000/- வருமானம் சொந்தத் தொழில் வைதீகம் பிராமின் எந்தப் பிரிவும் சம்மதம். மணப்பெண் தேவை. பெட்டி எண் : 11961

◆ ஐயர், விஸ்வாமித்ரா, 38 வயது, 166 செ.மீ., கேட்டை-4, விருச்சிகம், சொந்தத் தொழில் 5000/- வருமானம். எந்த உட்பிரிவும் சம்மதம். மணமகள் தேவை. பெட்டி எண் : 11962

◆ ஐயர், எம்.எஸ்.ஸி., (கணிதம்), 29, 166 செ.மீ., கௌசிக கோத்திரம், திருவாதிரை, அரசு ஆசிரியருக்கு பெண் தேவை. உட்பிரிவு சம்மதம். பெட்டி எண் : 11963

◆ Alliance invited from Vadagalai Iyengar, Non-Kousiga bride. unemployed girl, not a bar for a computer graduate 34/178 Utthirattadhi, Daughters well settled and only son. Owning 2 flats in Chennai. Well placed in life. Box No. 11964

◆ ஐயர், வடமாள், சடமர்ஷணம், மிருகசீர்ஷம், Aug/1967/173 cm (MBA) NPEC Lmt. Assistant Production Manager, 10,000/- தகுந்த மணப்பெண் தேவை. எதிர்பார்ப்புகள் இல்லை. உட்பிரிவு சம்மதம். தொடர்புக்கு : 23722075. (4 pm to 7 am 52193510, 9841951499). Box No. 11965

◆ Iyer Bachelor, Brahacharanam, Kapi, Uttirattadhi, 41/180, MA (M.Com.,) (MBA) self employed 10,000/- p.m. seeks employed girl, subsect no bar. Box No. 11966

◆ Iyer, Vadama, Bharadwajam, Aswini, Mar. 1972, B.E. (EEE), 6', well settled in Baroda, Gujarat, seeks suitable graduate girl. Subsect accepted. Box No. 11968

◆ Iyer, Vadamal, Kowshikam, Moolam-III, 5-9, 3-9-1976, Accounts Officer, MNC, Chennai, Rs. 20,000/- clean habits, v. fair, seeks suitable girl. Subsect no bar. Phone : 044-2276 0206. Box No. 11969

◆ ஐயர், வடமாள், ஹரித, விசாகம்-3, 29, 172 செ.மீ., DECE (AIME) Kuwaitல் வேலை, ரூ. 40,000/- மாத வருமானம் உள்ள சிவந்த, அழகிய பையனுக்கு அழகிய +2/பட்டதாரி குடும்பப்பாங்கான பெண் தேவை. உட்பிரிவு சம்மதம். தொடர்புக்கு. எஸ். விஜயலட்சுமி. ஃபோன்: 04298-230909 email: sathyraja@yahoo.com பெட்டி எண் : 11970

◆ Tamil Iyer, Vadama, Srivatsam, Mirugaseersham, M.Com., MBA 33/180, Accounts Officer, MNC, Rs. 20,000/- p.m. seeks decent family. Oriented girl. Ph : 044/24991562 Box No. 11971

◆ Iyer, Vadama, Athreya Gothram, 30/6'.1 fair,

25,000/- p.m., doing M.B.A. working as Asst. Manager in HDFC Bank in Nagpur seeks graduate, employed girl. Phone : 0712-5681568 and 044-5527 2250. Box No. 11972

◆ Iyer, Vadamal, Bharadwajam, Anusham, 32, 5.7', ICWA, ACS, Commercial Manager, Reliance Group, Chennai, 4.2 Lacs pa., only son, Clean habits, seeks graduate good looking, home loving girl. Contact : 044-22523031/ email:sesraj@hotmail.com Box No. 11973

◆ Tamil Iyer, Vadamal, Srivatsam, Brothers elder 42, Anusham graduate employed in TVS, Madurai younger 37, Thiruvonam, Graduate Officer, Nationalised Bank, Chennai. Contact : V. Natesan Phone No. 0452-2682673. Box No. 11974

◆ Iyer, Slightly handicapped, without anybody's help can perform his work, Central Govt., 42, BA, 12,000 seeks Poor, Middle Class, divorcee bride. Send horoscope must to Box No. 11975

◆ Wanted smart, good-looking bride for a handsome medical officer, Major, Indian Army, Srivatsa Gothram, Vadama, 31 years, MBBS, MS, 175 cm, Uthrattathi, Preferably a medical graduate or related area or P.G. degree girl. Box No. 11976

◆ Vathima, Koundinya, Moolam, 34, 5.5', B.A. DCA, DBA Executive Reputed world wide company, Chennai Rs. 11,000/- p.m., clean habits seeks suitable employed girl. No demands. Subsect acceptable. Send Horoscope 044-23772011 Box No. 11977

◆ மும்பையைச் சேர்ந்த வடகலை ஐயங்கார், பாரத்வாஜம், கேட்டை, பண்புள்ள உயரிய குடும்பப் பையன், BA (Hons), MBA, பிரபல வங்கி மானேஜர், 28/6' கம்பீரத் தோற்றம், நல்ல நிறம், நன்கு படித்த, பண்பாடுள்ள நல்ல குடும்பத்துப் பெண் தேவை. வேலையிலிருந்தாலும் நலம். ஜாதகம், போட்டோ விவரங்களுடன் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண் : 11978

◆ Tamil Iyer, Ashtasahasram, Haritha Gothram, Swathi, 36/ 165 cms, B.Com., Plus Computer, Private Sector Delhi, Own Flat seeks graduate employed girls upto 32 years. Subsect no bar. Contact Tel : (011) 2854 9313. write Box No. 11979

◆ Father Jain, Mother Brahmin, Bharani, 8.7.1980, 6', B.Sc., M.B.A., M.N.C., 4.7 lacks per annum fair boy seeks either Brahmin or this combination bride. Phone : 080-25599044 cell No. 9880112114 Box No. 11980

◆ ஐயர், வடமாள், நைத்ருப காஸ்யப கோத்திரம், உத்திராடம் -2, பி.ஈ.(சிவில்), 24.11.1968, 5.11', ரூ. 40,000/- மாத வருமானம், மும்பையில் உள்ள பையனுக்கு 32லிருந்து 35 வயதுக்குட்பட்ட மணமகள் தேவை. விதவைகள், விவாகரத்தானவர்கள் மன்னிக்கவும். டி. ராதாகிருஷ்ணன், ஃபோன்: (080) 2521 5659. பெங்களூர். பெட்டி எண் : 11981

◆ வடகலை, ஷடமர்ஷணம், பரணி, 33, Senior Software Professional, MNC பெங்களூர், நல்ல சம்பளம், (4 வயதில் பெண்) தாரமிழந்தவருக்கு, படித்த நல்ல பண்புகளுள்ள, வேலைக்குச் செல்லாத மணமகள் தேவை. பெட்டி எண் : 11982

◆ **Alliance invited for Pourukutsam, Ashtasahasram, Kerala Iyer, Kettai with one Dosham (Ketu), 30/6.1', B.Com., Pursuing M.B.A. Religious with clean habits, employed in a Reputed Multinational Company in Mumbai, with Own Flat from employed Iyer girls. Subsect no bar. email:aruveni@eth.net Apply with Bio-data/Horoscope to Box No. 11983**

◆ Iyer, Vadama, Bharadwaja, Revathi (2), July 74, 180cm, B.E. Software Professional Chennai, Seeks suitable graduate/Post-graduate Iyer girl. Send Horoscope Bio-data to Box No. 11984 Contact : 044-2475 6075.

◆ Vanniyakula Kshatriyar, Pooradam, 36, 178cm, M.Tech., Project Manager, Polaris, 65,000/- p.m., HIB Visa, Fair boy seeks graduate and above girl. Same caste. Contact : (0) 9444463516. Box No. 11985

◆ Iyer, Vadama, Kousika, Uthiratadhi, 1976/177, B.E., MNC, Chennai seeks graduate home-loving traditional girl, decent family. Tel : 044-2371 3223. Reply BHP to Box No. 11986

◆ சென்னையைச் சேர்ந்த 34 வயது பிராமின், தென்கலை, ஸ்ரீவாஸ்தவ கோத்திரம், திருவோணம், மகர ராசி தனியார் நிறுவனம், மாதம் 8000/- வருமானம் பெறும் போலியோவால் ஒரு கால் பாதிக்கப்பட்ட வாலிபருக்கு பரந்த மனப்பான்மை, அன்புள்ளம் கொண்ட மணமகள் தேவை. வரதட்சிணை வேண்டாம். விவாகரத்தானவர் குழந்தை இல்லாதவர், உட்பிரிவுகள் சம்மதம். பெட்டி எண் : 11987

◆ Kannada Madhwa Tamil Nadu based Brahmin boy 35/5.2', Jamadagni, Uthiram, Kanya, B.Sc., Working in Mumbai earning 4 lacs p.a. looking for a Kannada - Madhwa- Brahmin educated girl, 27-33. Contact : 98673 00851. Box No. 11988

◆ ஐயர், அஷ்டசஹஸ்ரம், ஹரிதம், ரோஹிணி/ 9-1974, 167 செ.மீ., எம்.சி.ஏ., டெல்லியில் தனியார் கம்ப்யூட்டர் கம்பெனியில் வேலை, வருட வருமானம் 1.8 லட்சம் பட்டதாரிப் பெண் தேவை, உட்பிரிவு சம்மதம். பெட்டி எண் : 11989

◆ Vadakalai, Vadhulam, Kettai 32, 5.10', fair, B.Com., (MBA) 7 years executive in reputed company in Palghat, seeks graduate girl. Between 26 to 30. Iyer no bar. Phone : 040-27704801. Box No. 11990

திருமண மலர் பகுதியில் இடம்பெறும் விளம்பரங்கள் அனைத்தும் விளம்பரம் செய்பவர்களின் கையொப்பத்துடன் ஏற்றுக் கொள்ளப்படுகின்றன. மணமகள் அல்லது மணமகன் பற்றிய வயது, வருமானம், அந்தஸ்து உள்ளிட்ட இதர விவரங்கள் விளம்பரதாரர் தரும் குறிப்புகளின் அடிப்படையில் பிரசுரிக்கப்படுகின்றன. இந்த விவரங்களைக் கொண்டு தொடர்பு கொள்ளும் பெற்றோர்கள் அவை சரியான விவரங்களா என்று தனிப்பட்ட முறையில் விசாரித்து உறுதிசெய்து கொள்வது நல்லது. மேலும் வாழ்க்கைத் துணையைத் தேர்ந்தெடுக்கும்பொழுதே மருத்துவப் பரிசோதனையும் மேற்கொண்டால் பிறவிக் குறைபாடுகளுடன் குழந்தைகள் பிறப்பதைத் தடுக்கலாமே!

- பதிப்பாளர், மங்கையர் மலர், சென்னை 600 032

◆ **Iyer, Vadamal, Kousigam, Aswini, 28/165 cm, B.Com./E.Com., Wkg at pvt. ltd., Rs. 10,000/- p.m. Req. slim graduate girl. Subsect no bar. Horoscope optional. Tel No. 080-25234949. email: prasanna_r_2002@rediffmail.com Box No. 11991**

◆ **Iyer, Vadamal, Kousikam, Aswathi, 177, 30 plus M.Com., M.B.A., well settled Convent Educated earning thirty thousand monthly affluent propertied with clean habits and excellent family background invites proposals from good-looking graduate home loving girls. Subsect acceptable. No Expectation. Apply to Box No. 11992**

◆ **Iyer, Vadamal, Srivatsam, Ashwini, 31/5.9', B.E. MBA, employed MNC Pune, clean habit spiritual minded seeks professionally qualified employed fair, good-natured beautiful girl from cultured family. Phone : 022-26480127 Box No. 11993**

◆ Vadakalai, Naithruba Kashyaba, Mithunam, Punarpoosam, 31, 176 cm, DEE (doing B.E. II Yr), Pvt. Co., Asst. Mgr, Rs. 30,000 seeks decent girl. Contact : 25010815/9380571069/9380571071 Box No. 11994

◆ Tanjore Vadama, Bharatwaja, Barani, 30, M.Sc., Chem, Own Import/Export Business Chennai seeks suitable girl send horoscope details to Box No. 11995

◆ ஐயர், வடமாள், ஸ்ரீவத்ஸம், ஆயில்யம், 32, பி.எஸ்ஸி., (எம்.பி.ஏ.), பேங்க், 7 லட்சம் வருடம், குழந்தை இல்லாத சட்டப்படி விவாகரத்தானவர், ஐயர், ஐயங்கார்; தெலுங்கு, கன்னடம் நல்ல பணியிலுள்ள பிராமணப் பெண் தேவை. எதிர்பார்ப்புகள் இல்லை. ஃபோன்.044-23716674 பெட்டி எண் : 11996

◆ **Madhwa Kannada, Aravelu, Athreya, Pooram-3, BE, SWE, MNC Chennai, 6', 26, Rs. 50,000/- seeks fair, slim, good-looking, family oriented, qualified girl. Subsect no bar. Box No. 11997**

◆ Vadama, Naithruvakasyapa, Uthram, 36, 5.11', B.Sc., Business 2,00,000. Own Flat Vashi Bombay seeks bride Iyer, Iyengars. Siraman@hotmail.com Box No. 11998

◆ Vadakalai, Srivatsa, Uthiram, M.C.A. 31/1.55 Software, MNC, Teetotaller, Left leg slightly handicapped, help not needed. Seeks educated Brahmin girl. Own House. Ph : 044-26800924 Box No. 11999

◆ Iyer, Bharadwajam, Vathima, Anusham, 30/180 M.A. MHRM fair, smart class I Commissioned Officer IAF Jamnagar Rs. 20,000 p.m. seeks graduate girl preferably employed. Subsect no bar. Contact : 044-2461 7284. Box No. 12001

◆ ஐயர், வாத்திமாள், ஆத்ரேயம், திருவோணம், 43/165 செ.மீ., பி.ஏ. தனியார் நிறுவனத்தில் வேலை, படித்த வேலைக்குச் செல்லும் பெண் தேவை. உட்பிரிவு சம்மதம். ஃபோன்: 044-22394963. பெட்டி எண் : 12002

◆ Mudaliar, Brahmin parentage, 28/180/35,000 p.m. Rohini, MBA, AICWA, fair, handsome Boy seeks slim, fair, good-looking girl from either caste. Apply with BHP(R) Ph : 044-22381411 Box No. 12003

◆ ஐயர், 38, வாத்திமாள், ஹரிதம், திருவாதிரை, எஸ்.எஸ்.எல்.சி., சொந்தத் தொழில், மாத வருமானம் ரூ. 15,000/- சட்டப்படி விவாகரத்து ஆனவருக்கு ஓரளவுக்கு படித்த விவாகரத்தான குழந்தை இல்லாத எந்த எதிர்பார்ப்பும் இல்லாத மணப்பெண் ஐயர், ஐயங்கார் பிரிவில் தேவை. ஃபோன்: 044-22243534. பெட்டி எண்: 12004

◆ **Kowsikam, 46, 165, MBA, Madras based young looking Tamil, Brahmin Iyer wealthy legal divorcee businessman with clean habits seeks bride home-loving, healthy, good looking unemployed graduate from decent Brahmin family, widow/divorcee with/without encumbrance. Simple early marriage, no dowry. The first reply should contain horoscope, photo, biodata with family details. Box No. 12005**

◆ Palghat Iyer, Vadama, Kousikam, Moolam 35, 5.10', B.Sc., PGDCA (MBA) Software Co., Chennai 25,000/- fair, seeks graduate girl, below 31, good looking, home loving, K.S. Krishnan (044) 2495 3705. Box No. 12006

◆ Iyer, Ashtasastram, Kousikam, Bharani, 29/165 B.Com., MLM, 15,000 Own Flat, self em-

ployed seeks suitable bride. Subsect no bar. No Demands. Send horoscope. Contact 2244 2075. Box No. 12007

◆ Iyer, Vadamal, Bharathwajam, Poorattadhi-2, Suddha Jadhagam, 33/167cm, B.Com., Sr. Accts Executive, MNC Bangalore, 25,000 p.m. clean habits, seeks employed/unemployed graduate good looking girl. age 26-31. Subsect no bar. Contact : 044-2371 9055. Box No. 12008

◆ Tamil Iyer, Srivatsam, Vathima, Dec. 1978, Bharani-3, 179 cms, B.Tech (CSE), Software professional, MNC, Chennai, 60,000/-p.m. seeks suitable bride with 3-5 years age difference, professional employed preferable. Ph : 044-2448 1757 Box No. 12009

◆ Iyer, Brahacharanam, Bharadwajam, Thiruvonam-1, 27, B.Sc., MCA, 174 cm, TCS Chennai, Rs. 25,000/-p.m. seeks girl. Raghu or Kethu must be in 2nd, 7th or 8th from Lagnam. Subsect no bar. Contact : 044-5261 7105. Box No. 12010

◆ Iyer, Vadamal, Koushikam, Bharani, 21st Aug. '73, fair, 173 cm, B.Tech., REC (Sap) HOD TPL Spic group Chennai seeks suitable bride PG/professional qualified. Phone : 044-2484 8225 Box No. 12011

◆ ஐயர், பிரஹசரணம், சங்கிருதி கோத்திரம், சித்திரை, 38/180/பி.காம்., 6000/- சென்னையில் தனியார் துறையில் வேலை. வேலைக்குச் செல்லும் படித்த பெண் தேவை. உட்பிரிவு சம்மதம். ஃபோன் : 044-2481 4477. பெட்டி எண் : 12012

◆ Iyer, Vathimal, Kasyapa Chithirai, 1972, 10,000/- 165 cms, B.Sc., (MBA) Owns Flat Bank employed seeks graduate girl. Subsect acceptable. Hariharan 9444492998 Box No. 12013

◆ Iyer, Ashtasahasram, Vadulam, Maham, 31, 171cm, B.Com., MBA, working as Manager in Leading Financial Company with clean habits, very decent, salary, seeks suitable homely bride. Contact Ph. No. 26603132 Box No. 12014

◆ Thanjavur, Saiva Pillai, Chithirai-3, 29, 5.9', 20,000, M.B.A., Manger, Chennai seeks fair, good-looking graduate pure vegetarian girl. Pl. send BHP Box No. 12015

◆ Iyer, Vadamal, Athreya, 38, Engr. Ashok Leyland seeks suitable graduate Brahmin girl. Ph : 04344-267368 Box No. 12017

◆ Wanted well qualified/employed girl for fair, Vadama, Athreyam, Hastham, 41, M.A., P.G. Diploma in Journalism, working in Reputed Television Channel as Programme Producer in Trivandrum. Ph : 0471-2334313. Box No. 12018

◆ Iyer, Vadama, Kousika, Anusham, Feb. 71, 5.6', MA Diploma from NIIT employed in Macmillan India British MNC seeks employed/unemployed bride. Subsect no bar. Ph:044-2475 9634 Box No. 12019

◆ Tamil Iyer, Vadama, Haritha, Moolam(4), July 79/183 BE/MDBA TCS-Chennai seeks graduate/PG 21-23 fair homely bride Vadama/Brahacharanam, No Dosham, Star, Rasi, Horoscope match essential. Box No. 12020

◆ ஐயர், வடமாள், கௌசிகம், பூசம், 1969, 164 செ.மீ., 8ல் செவ், பி.எஸ்ஸி., கம்ப்யூட்டர், Professional சென்னை, நல்ல குடும்பப் பொறுப்புள்ள மணப்பெண் தேவை. உட்பிரிவு சம்மதம். எவ்வித எதிர்பார்ப்பும் இல்லை. ஏழ்மை தடையில்லை, தொடர்பு 98406-54074 பெட்டி எண் : 12021

◆ Brahacharanam, Iyer, Uthiram, 45/160 M.A., 30,000/- self-employed, Mumbai, Unmarried, Young looking, healthy soft spoken good-natured seeks bride. Simple marriage. Subsect no bar. Send horoscope email: sankaren@rediffmail.com Box No. 12022

◆ ஐயர், ப்ருகத்சரணம், பாரத்வாஜம், மகம், 32/159 நல்ல குடும்பத்தைச் சார்ந்த, இனிய குணமுள்ள நல்ல வருமானமுள்ள, மும்பையில் புரோகிதராக உள்ளவருக்கு, அன்பான, குடும்பப்பாங்கான பெண் தேவை. உட்பிரிவு சம்மதம். ஜாதகம் அனுப்பவும். email: sankaren@rediffmail.com Box No. 12023

◆ Iyer, Kousigam, Ashtasahasram, Visagam-2, well placed, MBA, 31, 183 seeks graduate, tall, good-looking girl, from respectable family. Contact : 9383388874, Box No. 12024

◆ சதயம், பாரத்வாஜம், M.A., CAIIB, 39, 5.7', வடமாள், ஐயர், வங்கியில் பணிபுரியும், சட்டப்படி விவாகரத்தானவருக்கு, படித்த குடும்பப்பாங்கான பெண் தேவை. எளிய திருமணம். பெட்டி எண் : 12025

◆ Ashtasahasram, Kowsikam, Pooradam, 36/180/BBA, Diploma in Electronics and Communication, MCA final, 6,00,000 p.a. Manager Technical Telecom Line respectable family issueless innocent legal divorcee within six months clean habits seeks educated fair, good-natured Iyer girl from respectable family. Box No. 12026

◆ சைவப் பிள்ளை, பூசம், 27/175/எம்.பி.ஏ., பன்னாட்டு நிறுவனம் சென்னை - மணமகனுக்கு அழகான தோற்றமுள்ள நல்ல குடும்பத்தைச் சார்ந்த முதுநிலை பட்டதாரிப் பெண் தேவை. email: shankara1305@rediffmail.com Box No. 12027

◆ ஐயர், வடமாள், பாரத்வாஜம், ஹஸ்தம் முதல் பாதம், 1974, 5.9', பி.காம்.,

திருமண மலர் - விளம்பரக் கட்டண அறிவிப்பு

திருமண மலர் விளம்பரக் கட்டணம் முதல் 30 வார்த்தைகளுக்கு ரூ. 400/- அதிகப்படியான வார்த்தை ஒவ்வொன்றுக்கும் ரூ. 15/- வண்ணத்தில் 'ஹைலைட்' செய்ய ரூ. 100/- கூடுதலாக அனுப்பவும்.

இந்த இதழில் பிரசுரமாகும் பெட்டி எண் விளம்பரதாரருக்கு பதில்கள் அனுப்ப கடைசி தேதி 10/3/2006. பதில்கள் அனுப்ப வேண்டிய முகவரி : பெட்டி எண் : .... C/o மங்கையர் மலர், 47, ஜவாஹர்லால் நேரு சாலை, ஈக்காடுதாங்கல், சென்னை - 600 032.

தனியாரில் ரூ. 11,000/- பணிபுரியும் பையனுக்கு வேலை பார்க்கும் மணமகள் தேவை. உட்பிரிவு சம்மதம். ஃபோன்: 5546 8504 பெட்டி எண் : 12028

◆ Vathimal, Bharadwajam, Uttiram (Kanya) 29, 167 cms, M.S., E.Com., (MBA Systems) working as SE in TCS, Chennai seeks graduated employed girl. Subsect no bar. Contact : 044-2239 2228 Box No. 12029

◆ Iyer, Vadamal, Athreya, Mirugaseersha, 44/175 cm, Diploma in Electronics, working in Nairobi as Service Manager, Rs. 50,000 p.m. clean habits, seeks girl (widows/divorcees excuse) Contact : Chennai No. 2265 2679/9382321216 Mumbai No : 25781918/98205 63997 Box No. 12030

◆ Bachelor Boy 48, 160, S.S.L.C. Vadagalai Iyengar, Own Business Own Plot in Chennai seeks Iyengar/Iyer girl. Divorcees also can apply. Cell : 98841 84004. Box No. 12031

◆ 29/165 ரெட்டியார் அவிட்டம்-1, எம்.எஸ்ஸி., 13,000/- மத்திய அரசு ரெயில்வே சென்னையில் நிரந்தரப் பணியிலுள்ள பையனுக்கு தகுந்த மணப்பெண் தேவை. தொடர்புக்கு:0451-2425490 பெட்டி எண் : 12032

◆ Iyer, Vadamal, Kousikam, Krithigai, 30/180 cm, M.E. (I.I.Sc) S/W Engr Sanjose, (Lagnam, Vrichigam, Kethu, Chandran & Sevvai in 7th place) seeks professionally qualified (M.S./M.C.A./M.B.A./B.E.) good looking bride. Phone : 24880046 Box No. 12033

◆ Iyer, Brahacharanam, Srivatsam, Pooradam, 26/176, Rs. 21,000/- Asst. Manager (TVS Group) with clean habits seeks suitable bride. Contact Phone : 044-25562980. Box No. 12034

◆ Iyer, Vathima, Gowthama, Chithirai 1st padam, Kanya Rasi, 30, 177 cm, B.Com., PGDCA Asst. Regnl. Manager Private Co., Rs. 20,000/- seeks slim graduate decent religious bride. Subsect no bar. 044-24724111 Box No. 12035

◆ Iyer, Vadama, Kausika, Aswini, 36, M.Com., 5.10', AAO Rs. 15,500 Reputed Chennai Firm seeks graduate employed girl. Subsect no bar. Ph : 044-2377 5474. Box No. 12036

◆ Iyer, Vadamal, Vadulam, 1975, 5.4', Avittam, B.Sc., (MBA) with clean habits & Karnatic Music Talented working in Tata Group, Chennai seeks suitable bride. Box No. 12037

◆ ஐயர், வடமாள், அம்மா மாத்வா, ஸ்ரீவத்ஸம், 31 வயது, உத்திரட்டாதி 5.9, பி.ஈ., சிவில், சவுதியில் பணி, ஆஸ்திரேலியா செல்ல முயற்சிக்கும் மணமகனுக்கு படித்த மணமகள் தேவை. உட்பிரிவு சம்மதம். ஃபோன்: 04342-260863. பெட்டி எண் : 12038

◆ Telugu Brahmin, Kousikam, Vellanadu, Poorattadhi, M.Sc., I.T. 28 years, 178 cm, Software Engg. MNC Bangalore seeks Prof. qualified brides. Subsect no bar. Contact : 044-27468021 Box No. 12039

◆ Tirunelveli Saiva Pillai, 32/172 Thiruvathirai, B.Sc., Tech(UDCT) doing Ph.D., in Switzerland seeks bride from same caste. Send Bio-data horoscope. Box No. 12040

◆ தெலுங்கு வெலநாடு, பாரத்வாஜம், 46 வயது வரனுக்கு ஓரளவு படித்த குடும்பப்பாங்கான மணமகள் தேவை. பையன் முதுகலை பட்டதாரி, சுயதொழில் புரிபவர், வரதட்சணை தேவையில்லை. பெண் வயது 38 வயதிற்குள். பெட்டி எண் : 12041

◆ ஸ்மார்த்த கன்னட ஐயர், காசியபம், கார்த்திகை, வயது 31, உயரம் 6 அடி, எம்.எஸ்ஸி., Team Lead, நன்கு படித்த குடும்பப்பாங்கான ஸ்மார்த்த கன்னட ஐயர் பெண் 26 வயதுக்குள் தேவை. ஃபோன்: 044-2231 3169. பெட்டி எண் : 12042

◆ Vadama Kowsikam, Uthiram, Dec. 76/180/M.Sc., M.Phil., Microbiologist Chennai Rs. 10,000 well settled bright future seeks family oriented girl from same sect. 04324-226038 Box No. 12043

◆ Tamil Iyer, Vadamal, Bharatwajam, Maham-I, Dec. 69, 168, MBA, PGDFM, DEEE, Manager MNC Coimbatore, Native Trichy seeks slim, fair,

educated, pious, homely employed/unemployed tamil Iyer same sect, send horoscope, family details to Box No. 12044

◆ Madhwa, Kannada Boy, Balaganadu Bharathwaja, Uthiradam, Makaram, 33, 5.9', ACA Manager, MNC Bangalore seeks Madhwa girl, well qualified age 28-32. Send BHP to Box No. 12045 Contact : 044-24613217

◆ Well placed, Chartered Accountant, Kasyapa, Hastham, 30/175/MNC, Own House Chennai, seeks fair, home loving bride preferably unemployed, from decent family. email:veark@rediffmail.com. Box No. 12046 Phone : 2626 3204.

◆ Iyer, Vadamal, Bharadwajam, Krithigai, 1976, 165 cm, Lecturer, Sastra College, Tanjore, Rs. 15,000 p.m. seeks employed/PG qualified girl. Contact : 04362241603, 9443718007. Box No. 12047

◆ ஐயங்கார், வடகலை, கௌசிகம், பூராடம், 1970/5.8, பெங்களூரில் அக்கவுண்ட்ஸ் சூப்பர்வைஸர் வேலையில் உள்ள, Computer Literate Diploma பையனுக்கு தகுந்த, நடுத்தர வகுப்பு குடும்ப ஐயங்கார்/வடகலை பெண் தேவை. ஃபோன்: 080-2856 3951 (அ) 044-42171222. பெட்டி எண் : 12048

◆ I am a legal divorcee with no children, parents are from Chennai S. India I was born in Srilanka, P.R. of Canada. I am financially secured, looking for a fair homely girl, shoud be able to live in Canada and India. Also for more info could visit www.tamilmatrimony.com and my ID number is M640907, Box No. 12049

◆ Iyer, Vadamal, Naithruba Kasyaba, Karthigai-4, 1971, B.Sc., 168 cm, MNC, Bangalore, Rs. 20,000/- seeks fair, graduate, Vadamal girl with good family background. Contact parents. Phone : 044-2474 1542. Box No. 12050

◆ Clean habits, Sadamarshna Gothram, Natchathram Thiruvonam, Chevvai in 8th place 19.01.69, (M.C.A.) employed, Ltd Co., Exofficio Director Music University future Intl Management Guru looking for Carnatic Music talented beautiful girl. Mobile : 9894289576. Box No. 12051

◆ Madhwa Kannada, Aruvelu, Vasistha, 29/165cms, Poorattadhi, Self employed Rs. 12,000/-p.m. seeks girl. Contact : 044-2643 1023, 52020059, 5260 2059, 94440 74416 or Box No. 12052

◆ ஐயர், பிரஹசரணம், கௌண்டின்யம், கேட்டை, 5.8.1976, 5.11', பி.காம்., (எம்.சி.ஏ.) படித்த மாத வருமானம் ரூ. 2,25,000/- தனியார் நிறுவனம், சாஃப்ட்வேர் கம்பெனி, லாஸ் ஏஞ்ஜலிஸ் (யு.எஸ்.ஏ.) பட்டப் படிப்பு படித்த 5.4' அதற்கு மேல் உயரமுள்ள அழகான பெண் தேவை. ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். S. Venkataraman, "Srivignesh" Door No. 2, Flat No. 1, Lakshmi Nagar, 100 Feet Road, Nanganallur, Chennai - 600 061. Ph : 22242199-044.

◆ பிராமின் குருக்கள், பாரத்வாஜம், உத்திரட்டாதி, மீன ராசி, 29, 155cm, B.E. M.S./USA/Arizona, Project Consultant வரனுக்கு அதே பிரிவைச் சேர்ந்த BE/MCA/MBA சமமான படிப்பும், யு.எஸ்.ஏ.வில் சென்று வாழ விருப்பமுள்ள பெண் தேவை. அணுகவும். கந்தசுவாமி, 7/8 முதல் குறுக்கு தெரு, மேற்கு சி.ஐ.டி. நகர், சென்னை - 35. 044-2433 9474.

◆ ஐயர், வடமாள், ஹரித திருவாதிரை 1ம் பாதம், 40, 170 செ.மீ., எம்.காம்., சென்னையில் பிரைவேட் கம்பெனி, மாதம் ரூ. 20,000 சம்பாதிக்கும் வரனுக்கு படித்த மணமகள் தேவை. வறுமை ஓர் தடையில்லை. பெண்ணின் ஃபோட்டோவுடனும், குடும்ப விவரங்களுடனும் அணுகவும். கே. துரை, Plot 117, காமாட்சி நகர், வளசரவாக்கம், சென்னை - 87. ஃபோன்: 2486 3868.

◆ Iyer, Vadama, Garga, Moolam 3rd, 31, 5.9', B.Sc., PGDFM, Rs. 15,000/- p.m. Senior Auditor, Central Government, seeks bride phone : 044-2815 6252 S. Sivasubramanian, New No. 14, Murugesan Street, Chennai - 600 017.

◆ Vadamal, Kowsikam, Sadayam, Kumbam, fair, 30/166 cms, M.A., D.Co-op, Private Firm, Chennai Rs. 10,000/-+Rent Income, Own House only Son, seeks employed/unemployed homely bride. Subsects acceptable. Send horoscope. V. Krishnamoorthy, 14/7, Sriram Illam, Rajaji Street, Narasingapuram Post, Attur Taluk (Salem) Pin :636 108. Ph : 04282-281747.

◆ திருநெல்வேலி சைவப்பிள்ளை, அசுவனி, 30, 5.11', எம்.பி.ஏ. (எம்.எஸ்ஸி.) 25,000 சென்னையில் கம்ப்யூட்டர் வியாபாரம், இதே இனத்திலும் ஓபாசி, சைவச் செட்டியார் பிற உட்பிரிவிலும் மணமகள் தேவை. சோமசுந்தரம், D-167, இந்து காலனி, நங்கநல்லூர், சென்னை - 600 061. 2232 6851, 9380105606.

◆ Iyengar, Vadagalai, Shadamarshanam, Chitra, January 1975, 6' Senior Consultant, Softvare Co., Rs. 4.5 Lakhs per annum, seeks tall, fair bride from same sect. Sundararajan, 28/31 Venugopalapuram, Pazhavanthangal, Chennai - 600 114. Tel : 22344808.

◆ Iyer, Vadama, Athreya, Aswathi, 28/165 M.F.T. PGDMM MNC, Shipping Company, 3 Lakhs annum well settled in Coimbatore seeks suitable bride. Contact : Seethalakshmi, SaiRagha, Annama Naicker St., Kunimuthur, Coimbatore - 641 008. Tel : 0422-2251407.

◆ Iyer, Vathimal, Haritha, Pooradam, 30, 5.10', M.Com., MBA, employed Chennai 10,000 seeks good-looking graduate girl. Subsect no bar. Ramnathan, 8/51, Mandakini Apts., 4th Main Road, R.A. Puram, Chennai - 28. 2461 0210.

◆ Wanted Iyer Brahmin Graduate girl for 42 years, Bharadwajam, Utrattadhi, 6' Native of Kerala fair and good-looking with handsome personality graduate Senior Management Executive in Reputed Mumbai based Organization horoscope matching optional. Contact : Raju Chandran, 'Asheerwad' 2nd Floor 15/49 Sion East, Mumbai - 400 022. Mobile(0) 98200 48364.

◆ ஐயர், பிரஹசரணம், விதகவ்ய கோத்திரம், 28.10.1978, 173 செ.மீ., உத்திரம் முதல் பாதம், பி.எஸ்ஸி., எம்.பி.ஏ. தனியார் டெக்ஸ் டைல் கம்பெனி திருப்பூரில் வேலை, வருமானம் ரூ. 25,000 நல்ல குடும்பத்தில் உள்ள பட்டதாரி, வேலை பார்க்கும் 160 செ.மீ., உள்ள பெண் தேவை. உட்பிரிவு சம்மதம். ஆர். சிவராமகிருஷ்ணன், வாளவந்தி அஞ்சல், முசிறி வட்டம், திருச்சி மாவட்டம் - 621 211. ஃபோன்: 04326-279291.

◆ வடமாள், ஹரிதம், ரேவதி, 31/172 செ.மீ., DME, ஹைதராபாத்தில் தனியார் நிறுவனத்தில் மார்க்கெட்டிங் பிரிவில் நல்ல வேலை, 17,000 அழகான பெண் தேவை. உட்பிரிவு சம்மதம். சி. மோகனராமன், 14ஏ, திருப்பாணர் தெரு, கிழக்கு தாம்பரம், சென்னை - 59. 9444329010.

◆ Tamil Iyer, Brahacharanam, Srivatsam, Anusham, Chevvai Dosham, 29/172, M.Com., M.Phil., (CA) Accountant Auditor Private Firm, Rs, 8000/- p.m. send BHP to chandradhass @hotmail.com or 775, 29th Street, Korattur, Chennai - 600 080.

◆ ஐயர், வடமாள், நைத்ருப காஸ்யபம், அனுஷம், 32, B.Com., DISM, 5.11', 8000/- அகவுண்டெண்ட், தனியார், நிரந்தரம், மணமகள் தேவை. உட்பிரிவு சம்மதம். B. *சீனிவாசன்*, A6 TVS நகர், தளி ரோடு, ஓசூர் - 635 109, ஃபோன்: 04344/221360.

◆ Telugu Niyogi Brahmin Boy Srivasta, Bharani, 34, B.Sc., Costs Accounts (Inter) working Private Firm, Chennai Subsects no bar. K. Lakshmanan, 18 R, New Street, Arantangi -614 616. Ph : 04371-270616.

◆ Iyer, Vadama, Kousika, 41/158 cm, Poorattadhi, M.A., Rs. 10,000/- Business seeks suitable girl. Contact with horoscope V. Vaidyanathan, 55/27, West First Street, Mannargudi - 614 001. Ph : 04367-250959.

◆ ஐயர், பிரஹசரணம், சங்க்ருதி, பூரம், 29, 164 செ.மீ., பி.பி.ஏ., தனியார், சென்னை ரூ. 5000/- தகுந்த படித்த வேலையிலுள்ள மணமகள் தேவை. எஸ். ரத்தின சுப்பிரமணியன், பிளாட் நம்பர் 15, பத்தாவது குறுக்கு தெரு, AG's Colony, வேளச்சேரி, சென்னை - 600 042. ஃபோன்: 22533200.

◆ Ayyar, Brahacharanam, Haritha, Rohini, 29, 170cms, DME, BBA, Private 18,000/-p.m., Boy seeks girl. S. Ramanathan, S1, TNSTC Officers Quarters, Kaleeswara Nagar, Kattoor, Coimbatore - 9. Phone : 9443004715

◆ Iyer, Vadamal, Sandilya, Punarpoosam 4th, 28/165/Rs.60,000, fair, M.Sc., (CS) Philiphs Software Centre, Bangalore. Seeks suitable girl. S. Padmanabhan, E1, Yes Yes Suma Enclave, A4, Thiruvenkata Nagar, Ambattur - 600 053. Ph: 2658 4983 (after 7.00 p.m.)

◆ ஐயர், வடமாள், கௌதம கோத்திரம், அஸ்வினி, 31, பி.எஸ்ஸி., 5.6', தனியார், ரூ. 23,000/- பட்டதாரிப் பெண் தேவை. S. Jagadeesan, B4, Shah Apts., 43, Bharathiyar II St., Palavanthangal, Chennai - 114.

◆ ஐயர், அஷ்டசகஸ்ரம், வாதூலம், கேட்டை, 10.10.75, B.Com., 5.5', NIIT employed 12,000/- p.m., (Service Officer) பையனுக்கு தகுந்த பணிக்கு செல்லும் பெண் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். S. Vaidyanathan, 18/20 Vadivel Street, Ambattur, Chennai - 600 053. Phone : 2657 1981.

◆ Iyer, Brahacharanam, Athreya, Thiruvonam, No Dosham, 3.5.1975, 5.9', B.A. Editor, Medical Transcription, Rs. 20,000 seek fair, graduate girl. K.S.Venkataramani, 17, Shanmugam Street, Mathiazhagan Nagar, Saligramam, Chennai - 600 093. 044-2376 2597.

◆ Bharadwajam, Thengalai, Visakam-1, Thulam Rasi (IInd son) B.Sc., MBA, 32/179cm, 32,000 seeks graduate employed girl. Kalai no bar. No Dowry Required. N. Parthasarathy, New No. 5, North Avenue, Korattur, Chennai - 600 080.

◆ Iyer, Brahacharanam, Gowthama, 30, 165 cms, B.A., Uthirattadhi, Mars in 2nd place, Medium complexion, Manager in Pvt. Company, Rs. 21,000/- p.m. seeks qualified employed bride. Subsect no bar. K. Viswanathan, 74/2 Big Street, Thirugokarnam, Pudukkottai-622 002. Ph : 04322-232312.

◆ Vadamal, Kousikam, Sadhayam, 28/175 Sevvai dosham, M.A. and Dip in Journalism Journalist with 'THE HINDU' brides employed/ unemployed. well rooted in our culture. Subsects no bar. Contact : S. Madhavan, 37, Manoranjitham Street, Bank Employees' Colony, Madurai - 625 014. Phone : 0452-2640095.

◆ Iyer, Vadama, Haritham, Poorattadhi, 29, 175 cm, fair, I.C.W.A. MNC 5 lakhs per annum seeks good-looking employed girl. Phone : 044-2482 7944. K.S. Kannan, 36, Jayalakshmi Nagar, Moulivakkam, Chennai - 600 116.

◆ ஐயர், வடமாள், கௌசிகம், பூராடம், 28/175/பி.எஸ்ஸி., சுயதொழில், 8000 மாத

வருமானம், சொந்த வீடு, வசதியுள்ள மணமகனுக்கு படித்த குடும்பப்பாங்கான 25 வயதிற்குள் மணமகள் தேவை. ஏ. சாம்ப சிவம், குருமூர்த்திபுரம் செம்பதநிருப்பு அஞ்சல், சீர்காழி தாலுக்கா - 609 109.

◆ ஐயர், வடமாள், கௌசிகம், உத்திரம்-1, 34/177/எஸ்.எஸ்.எல்.சி., 5000 தனியார் காது கேளாத வாய் பேசாத பையனுக்கு வசதி குறைவான குடும்பப்பாங்கான மணமகள் தேவை. A. Mahadevan, 104-B, CTO Colony 4th Street, West Tambaram, Chennai - 45.

◆ ஐயங்கார், வடகலை, பாரத்வாஜம், சுவாதி, 34, பி.காம்., 155 செ.மீ., 12,000/- தனியார், சென்னையில் பணி வரனுக்கு தகுந்த மணமகள் தேவை. உட்பிரிவு சம்மதம். N. Muralidharan, Old No. C-58, VII Cross, Hindu Colony, Nanganallur, Chennai - 600 061. Ph : 22 31 33 28.

◆ தென்கலை கௌசிகம், அவிட்டம், 33, 165 பி.டெக்., தனியார், 12,000/- உட்பிரிவு சம்மதம். அதிகமான எதிர் பார்ப்பு இல்லை. அ. கிருஷ்ணமூர்த்தி, எப்1, காவேரி சுந்தரம் ஃபிளாட்ஸ், பிளாட் 14, லக்ஷ்மி நகர் 7வது தெரு விரிவாக்கம், சென்னை - 600 061.

◆ Iyer, Vadamal, Kausigam, Aswini, 31 (M.Com.,) PGDCM, 168cm, Private Rs. 4000/- Own House seeks graduate employed/unemployed. Subsect no bar. Smt. M.S. Indirani, 1/131, Subashini Nagar, Suriya Nagar, Alagerkoil Road, Madurai - 625 007.

◆ Iyer, Vadamal, Kousigam, Anusham, 32, B.Com., Working Pvt. Company, Chennai, Rs. 7000/- seeks suitable graduate bride. G. Eswaran, 1281, Golden Colony, Mohappair, West Anna Nagar 3rd Street, Chennai - 600 050, 044-26230179.

◆ Iyer Boy, Brahacharanam, Athreyam, March 1976, Visakam, Viruchikam, 180cms, B.Sc., M.C.A. Senior Software Engr, MNC Bangalore 3.6 Lakhs p.a. only son seeks tall good-looking graduate Iyer Bride. (Subsect no bar) Preferably employed girl with Sevvai Thosham or Sevvai, Sani twelfth place from Lagnam. B. Rathinam, 50, Silambani North St., Devakottai - 630 302. Sivagangai Dt.

◆ Iyer, Vadamal, Srivatsa, Uttiradam, 36, 5.7', Self employed seeks literate, Poor/Orphan, homely, adjustable type girl. Assured comfortable living. R. Vasanth, 6, Sowbhaya Apts., 60, Moosa Street, T. Nagar, Chennai - 600 017.

◆ Wanted bride from Vadakalai, unemployed +2, Between 26 to 31 for Kowsigam, Thiruvathirai, 35, I.T.I. (Fitter) automobile consultant, Own House, earning 30,000 p.m. P.S. Rajagopalan, 15, Dass Avenue, Baby Nagar Extn., Velacherry, Chennai - 600 042. 22432559.

◆ பாலக்காடு ஐயர், வாதூலம், உத்திரட்டாதி, 41, 5.7', பி.எஸ்ஸி., (கணிதம்) மாத வருமானம் ரூ. 15,000/- பெங்களூரில் சொந்தமாகத் தொழில்புரியும் பையனுக்கு, 35 வயதிற்குள் பெண் தேவை. வேலைக்குச் செல்பவராய் இருந்தால் நல்லது. ஏ.என். ராமய்யர், 1/40- 11, மெயின் ரோடு, பரங்கி மலை, சென்னை - 600 016. ஃபோன்: 044-5519 5051.

◆ Koundinya Vadamal, Hastham, CA CS Boy 29/170 Asst. Manager ICICI Bank, Bombay 5.24 lacs per annum seeks graduate girl. Respond with horoscope to H. Hariharasubramanian, 96, South Sammandapuram Street, Rajapalayam - 626 117.

◆ Iyer, Haritha, 30, Thiruvonam, 160cm, M.Sc., TVS, Chennai, 8000/- seeks employed girl, Contact : Mallika, 39, Deep Street, Vadiveeswaram, Nagercoil. Ph : 04652-236195, 9444115948.

◆ Wanted bride for Tamil Iyer, Vadamal, Naidruvakasyapa, Aswini, 1967, 170cm, B.Sc, Electronics MBA employed Pune Contact : Flat 11, Anuradha Complex, Bhaupatil Road, Kirkee, Pune - 411 020. Ph : 020-2581 8702.

◆ ஐயர், பிரஹசரணம், கௌதம, அவிட்டம்-1, பி.டெக்., 5.6', 17.10.1972, 14,000/- மாத வருமானம், நிரந்தர வேலை, படித்த பெண் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். V. Padma, No. 6 5th Street, K.V. Colony, West Mambalam, Chennai - 600 033. Cell : 9884054995.

◆ ஐயர், வடமாள், உத்திராடம், நைத்ருப காஸ்யப, 28/165 செ.மீ., எம்.ஏ. தனியார், கம்ப்யூட்டர் ரூ. 10,000/- பையனுக்கு இதே, இன படித்த, குடும்பப்பாங்கான வேலைக்குச் செல்லும் பெண் தேவை. ஏ.எஸ். லட்சுமி, 2/733, டாக்டர். ராதாகிருஷ்ணன் சாலை, பொழிச்சலூர், சென்னை - 74. போன்: 22425663.

◆ ஐயர், வடமாள், 34, 180, பி.காம்., ஏ.சி.ஏ. தனியார் 25,000/- ஹரித கோத்திரம், கேட்டை 3ம் பாதம், சட்டப்படி விவாகரத்தானவர், தகுந்த மணமகள் தேவை. ஆர். மஹாலிங்கம், 10/2, ராகவேந்திரா அபார்ட்மெண்ட், 37, சாலை தெரு, மைலாப்பூர், சென்னை - 600 004. ஃபோன் : 044-2493 4146.

◆ Iyengar, Vadagalai, Vadhoolam, Anusham 34, 168 cm, B.Tech (Civil) Own Construction Business seeks graduate employed/unemployed girl. Contact : T. Rangachari, 30-A, Lakshmipuram, Ganapathy Post, Coimbatore - 641 006. Phone : (0422) 2525903.

◆ ஐயர், வடமாள், ஆத்ரேயம், 1972, 170 செ.மீ., அனுஷம்-4, Engineer/BE/Mech., Sandvik Asia Karnataka Rs. 18,000/- வரனுக்கு குடும்பப்பாங்கான படித்த பெண் தேவை. பி. சுவாமிநாதன், நெ.15, கம்பன் நகர், கிழக்கு பாண்டி ரோடு, விழுப்புரம் - 605 602. ஃபோன்:04146/249081.

◆ Iyer, Brahacharanam, Haritha Gothram, -

Hastham, 21.4.78, 171cm, M.Sc., Indian Airforce (Non-Technical) Rs. 10,000/- p.m., seeks employed/unemployed bride. S. Swaminathan, 26, Housing Unit, Periyar Nagar, Rajagopalapuram, Pudukkottai - 622 003. Ph : 04322-261581.

◆ Iyer, Brahacharanam, Sankrithi, Aswini-1, 34/167cm, B.Sc., Admn., Executive, Pvt. Co., 10,000/-p.m. seeks employed/unemployed bride. Ph : 98403-56663. S. Sainath, 49/58, I Main Road, Sayee Nagar, Virugampakkam, Chennai - 600 092.

மணமகன் தேவை

◆ Iyer, Vadama, Bharadwajam, Poorattadhi, Feb. 1969, 5.5', B.Com., seeks professionally qualified well settled bridegroom. Subsect accepted. Box No. 29285

◆ ஐயர், வடமாள், ஹரித கோத்திரம், மிருகசீரிஷம், 34, அரசு ஆசிரியை, திருமணமான சில நாட்களிலேயே சட்டப்படி விவாகரத்தான பெண்ணிற்கு, நல்ல குணமுடைய அன்பான வரன் தேவை. பெட்டி எண் : 29286

◆ கொங்கு வேளாள கவுண்டர் + நாயுடு பெற்றோரின் மகள் வயது 24, 5.3' பி.ஈ. படித்து எம்.என்.சி.யில் வேலை பார்க்கும் பெண்ணிற்கு கொங்கு வேளாள கவுண்டர் சமூகத்தில் B.E., M.E., M.C.A., or M.B.A., படித்து வேலையிலுள்ள 30 வயதிற்குட்பட்ட மணமகன் தேவை. பெட்டி எண் : 29287

◆ Vadamal, Vathula Gothram, Iyer parents, North Arcot, seek well educated and employed bride groom with clean habits from a decent family for their elder daughter Uthirattadhi, fair, 25/5.2', B.Sc., MBA, MHRM, Sudha Jadhagam, Phone : 044/22272734 Box No. 29288

◆ Tamil Iyer, Brahacharanam, Koundinya, Moolam-4, 25, 5.4' Wheatish, B.Com., CA (Inter) employed girl seeks professionally qualified CA/BE well employed boy below 30, Subsects acceptable. Phone : 044/22231253, Box No. 29289

◆ Iyengar, Vadakalai, Koundinyam, Aayilyam II, fair, 23/155 BE (EEE) GNIIT, employed Satyam Computers, Chennai seeks Boy BE/B.Tech., and above upto 28. Vadakalai only. Ph 26501581 cell: 9884152243. Box No. 29290

◆ Vadama, Naidruvakasyapa girl, 26/162. Visakam-I, MBBS doing PG final seeks alliance from practising/well employed MD/MS/M.Ch Brahmin Doctors send horoscopes. Box No. 29291

◆ Iyer parents Chennai seek for their daughter 31 legal divorcee with five year daughter well settled in LA, California in Construction related Business broadminded boy from good family and any caste in USA or India with Construction related experience. Architect Civil, Law/Tax professionals. Box No. 29292

◆ ஐயர், வடமாள், கர்க, கார்த்திகை 1ம் பாதம், 28, 172 செ.மீ., சிவப்பு, பி.எஸ்ஸி., தனியார், 3500/- சென்னை, குழந்தை பெற இயலாத கன்னிப் பெண்ணிற்கு தகுந்த படித்த நிரந்தரப் பணியிலுள்ள பிராமண சமூகத்தைச் சேர்ந்த மணமகன் தேவை. குழந்தையுள்ள தாரம் இழந்தவர்களும் விண்ணப்பிக்கலாம். பெட்டி எண் : 29293

◆ தெலுங்கு நியோகி சடமர்ஷண, ஆயில்யம், 11.05.81, 163 செ.மீ., பி.எஸ்ஸி., எம்.சி.ஏ. வேலையிலுள்ள பெண்ணிற்கு நல்ல வேலையிலுள்ள மணமகன் தேவை. உட்பிரிவு சம்மதம். ஃபோன்:04632-222 964 பெட்டி எண்: 29294

◆ வயது 49, சட்டப்படி விவாகரத்து ஆன குழந்தை இல்லாத படித்த பெண்ணிற்கு 55 வயதுக்குள் டைவர்ஸி/மனைவியை இழந்த குழந்தை இல்லாத எந்தவித வில்லங்கமும் இல்லாத நன்கு வசதியுடன் கூடிய பிராமண மணமகன் தேவை. 044-22243534. பெட்டி எண் : 29295

◆ ஐயர், வடமாள், ஸ்ரீவத்ஸம், மிருகசீரிஷம், 5.4', 25, (18.01.81) எம்.காம்., பிறவியிலிருந்தே காது கேளாதவர், சுமாராகப் பேசுவார், டைப்ரைட்டிங் ஹையர், கம்ப்யூட்டர் அப்ளிகேஷன், சிகப்பான பெண்ணிற்கு, similar disability உள்ள வரன் தேவை. பெட்டி எண் : 29296

◆ Vathima, Haritha, Rohini, 26/153cms, M.C.A., working in Bangalore girl seeks professionally qualified Boy with age 2 to 5 years difference. Subsect no bar. Send horoscope, Biodata. Ph : 0431-2742394 Box No. 29297

◆ For Vadamal, Naithrubakasyapa Rohini, Aged 27, 165cm, 4th year Ph.D (Completing in Dec. 2006), at U.S.A. (Virginia) Requires groom equally qualified with American Qualification, 2-5 years age diff. Subsects no bar. Green Card Holder/or in Final Process. Send Horoscope. email:ID.Raji_Srini@yahoo.com Ph : 2227 5125. Box No. 29298

◆ Alliance from Non-Srivatsa professionally qualified, tall, well-settled boys below 33 years with clean habits for Iyer girl Vadama, Kettai 27/170/MBA employed subsects acceptable. Box No. 29299

◆ Iyer, Vadamal, Revathy Srivatsa, 25, BE, MBA, Chennai employed seeks professionally quali-

மார்ச் மாத இதழுக்கான திருமண மலர் விளம்பரங்கள் எமது அலுவலகத்திற்கு வந்து சேர வேண்டிய கடைசி தேதி : 5.02.2006

fied well employed smart groom below 30 years willing to settle at Chennai with her. Contact :98402-75385 Box No. 29300

◆ ஐயர், வடமாள், அம்மா மாத்வா ஸ்ரீவத்ஸம், 24 வயது, அவிட்டம், 5.3', பி.ஈ., கம்ப்யூட்டர், மாதம் ரூ. 25,000/- CTS-ல் பணியில் உள்ள மணமகளுக்கு படித்த வேலையில் உள்ள தகுந்த மணமகன் தேவை. உட்பிரிவு சம்மதம். ஃபோன்: 04342-260863. பெட்டி எண் : 29301

◆ Iyer, Brahacharanam, Chandilya, Punarpoosam-4, Kadagam, 25/155 B.Com., ICWA, (Finalist) fair, Religious minded girl, seeks qualified decently employed boy. Subsect no bar. Apply Box No. 29302

◆ Iyer, Koundinya, Ashtasahasram, Thiruvathirai(I), B.Com., (CS), DOEACC-O, 23, 5.2', V.fair, good-looking, employed girl seeks professionally qualified/Bank Officer groom below 30 years. Subsect welcome. 044-2495 2952. Box No. 29303

◆ ஐயர், பிரஹசரணம், காஸ்யபம், விசாகம்-1, 26, 5.3' B.Com., PGDCA, நன்கு படித்து நல்ல வேலையிலுள்ள 32 வயதிற்குள் உள்ள மணமகன் தேவை. Contact : D. Krishnan, 9, Mahadevan St., Nehru Nagar, Chromepet, Chennai - 44.

◆ Iyer, Vadamal, N. Kashyaba, Pooradam, 1976, 5', M.Sc., (Maths) unemployed seeks well employed groom. K. Srinivasan, AF4, Vimal Block, Agrini Flats, Andalpuram, Madurai -3.

◆ Iyer, Vadamal, Vadulam, Chithirai-2, 7.4.74, Harini, fair, 5.3', M.Sc., Maths, Software C.T.S. Turaipakkam, worked in U.S.A. 3.5 years, Contact : Narasimhan, 12, 2nd Street, Surendra Nagar - 600 088. Ph : 22441804.

◆ குருக்கள், கௌசிகம், கேட்டை, எம்.காம்., 163 செ.மீ., 23, படித்த, வேலையிலுள்ள செவ்வாய்தோஷ மணமகன் தேவை. ஜாதகத்துடன் அனுகவும். வி. சங்கரன், 47,2வது மெயின் ரோடு, குமரன் நகர் விரிவு, லாஸ்பேட்டை, பாண்டிச்சேரி - 605 008. ஃபோன்: 2251719/94432 93324.

◆ ஏ. ஹேமலதா, ஐயர், பிரஹசரணம், கௌண்டன்ய கோத்திரம், மகம் நட்சத்திரம், 26 வயது, M.Phil (Bio Chemistry)க்கு அரசு/தனியார் பணியில் உள்ள வரன் தேவை. எஸ்.என். அருணாச்சலம், உதவி ஆட்சியர் (ஓய்வு) 106, அய்யங்குள அக்ரஹாரம், திருவண்ணாமலை, தொலைபேசி : 04175/225708 செல்: 9443890072.

◆ தமிழ் ஐயர், காஸ்யப கோத்திரம், பிரஹசரணம், மூலம் நட்சத்திரம், எம்.சி.ஏ., இறுதியாண்டு பயிலும், 23, 5.3' உள்ள பெண்ணிற்கு நன்கு படித்த தகுந்த வேலையிலுள்ள 30 வயதிற்குட்பட்ட மணமகன் தேவை. ஜாதகம் குடும்பத் தகவல்களுடன் தொடர்பு கொள்ள வேண்டிய முகவரி : எஸ்.எஸ். சுப்ரமணியன், தாசில்தார், H-32, Phase IX, Dinnur Hudco, Opposite to Railway Station, Hosur - 635 109. Krishnagiri Dt. Ph : 04344-223477 Mobile : 94436 36434.

◆ Karkathar Saiva Pillai, MBA girl, 29.11.1973, 162, Uthiradam, employed at Chennai, seeks well educated, employed/Businessmen from same/Saiva Pillai. M.A. Kandasamy, Door No. 2, Siva Flats, Alamelumangapuram 3rd Main Road, Madipakkam, Chennai - 600 091. Ph : 9442243843/(044)22470999.

◆ Vadama, Koundanya, Fair, slim, Good-looking girl 25/155 B.Com., M.C.S.A. Uthiram, Kanya seeks well employed grooms. Horoscope details to :Vencatesan, New No. 15, 22nd St., Thillaiganga Nagar, Chennai - 61.

◆ ஐயர், வடமாள், வாதூலம், விசாகம் 4ம் பாதம், 24 வயது, எம்.பி.ஏ., எம்.எச்.ஆர்.எம். படிக்கும் பெண்ணிற்கு சென்னையில் நல்ல வேலையில் உயர் பட்டதாரி, வடமாள் வரன் தேவை. ஃபோன்: 55681441 வி. கல்யாண சுந்தரம், 2/540, ஸ்ரீராம் அவென்யூ 4வது தெரு, கொட்டிவாக்கம், சென்னை -41.

◆ Iyer, Vadamal, Kashyaba, Swathi, 13.3.1982, 5.7, MCA willing to work, girl seeks professionally qualified decently employed boy Ph : 9884221544 R. Jayaraman, No. 1, Balaji Apartment, 10/2A South Avenue, Srinagar Colony, Saidapet, Chennai - 15.

◆ Alliance invited for Tamil Iyer girl, 24/159, B.Com., (Hons) ACA, working in Bangalore, wheatish, Bharani, Vadamal, Sandilya, Phone : (033) 2422 3579. Contact : R. Ramamurthy, R 2/1, Baisakhi, No. 2 Dr. Deodar Rahman Road, Kolkata - 700 033.

◆ ஐயர், பிரஹசரணம், காஸ்யபம், மூலம் 2வது பாதம், வயது 24, 5.4', பி.ஈ., சென்னையில் எம்.என்.சி. கம்பெனியில் வேலை பார்க்கும் பெண்ணுக்கு, நன்கு படித்து சென்னையில் வேலையிலுள்ள மணமகன் தேவை. ஜாதகம், குடும்ப விவரங்களுடன் தொடர்பு கொள்ளவும். K. Nagarajan, 68/4, Roja Street, Ezhil Nagar, Tiruchy - 620 014.

◆ ஐயர், குருக்கள், காசியபம், திருவோணம், 24/5.6' B.Sc., MHRM சென்னையில் Medical Transcriptionist அழகான பெண்ணிற்கு 29 வயதுக்குள் நிரந்தரப் பணிபுரியும் மணமகன் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். முகவரி : M. Nagaraja Gurukkal, Phone : 04171-244495 cell: 9443981452.



45,என்.எஸ்.பி. ரோடு, திருச்சி-2. போன்:2702077.
தன்பில்டிங்,827,மவுண்ட்ரோடு,சென்னை-2,போன்:2852177.

Registered with the Registrar of Newspaper of India under No. [illegible] Registered No. TN [illegible] Licensed to post without prepayment under PMG's Licence No. [illegible] as a Newspaper in Chennai



வாய்க்கு விருந்து உடலுக்கு மருந்து

ஃபைட்டோ பிக்ஸ்

இந்தியாவின் முதல் மூலிகை பிஸ்கட்

ஃபைட்டோ பிக்ஸ் கறிவேப்பிலை, அஸ்வகந்தா, திரிபலா, திரிகடுகம் மற்றும் மஞ்சள் போன்ற ஒப்பற்ற மூலிகைகளால் உருவானது. முழுமையான கோதுமையில் (Whole Wheat) தயாரானது .

ஃபைட்டோ பிக்ஸ் தரத்திலும், சுவையிலும் தனித்துவமானது. சுகாதாரமான முறையில் தயாரிக்கப்பட்டு நேர்த்தியாக பேக் செய்யப்பட்டது. சர்க்கரை சேர்க்கபடாததால் நீரிழிவு (Diabetic) நோயாளிகளுக்கு இது மிகமிக உகந்தது. நீங்கள் ஆனந்தமாய் சுவைப்பதற்கும் ஆரோக்கியமாய் வாழ்வதற்கும் இதைவிட வேறென்ன வேண்டும்!

ஃபைட்டோ பிக்ஸ் ஆரோக்யத்தின் அற்புத சுவை

NO Maida
Sugar
Safe for Diabetics

A Product of
MEDIPHYTA ™

Formulated & Marketed by:
Medik India Phytoceuticals Pvt.Ltd.,
63, Gandhi Road, Velechery, Chennai - 600 042.
Phone: 044-2243 2697, 5527 9212 Email:info@mediphyta.com

"Available in all leading Medical Shops & Supermarkets."

notice46.com